

ПЛАН

1. Осознание себя во сне. Осознанный сон (ОС) тренирует внешнее намерение. Спать головой на север. Помнить об отражении в зеркале во сне.
2. Внутреннее и внешнее намерение. Очистка внешнего намерения. Максимальная осознанность при постоянном СМОТРИТЕЛЕ.
3. Правильный целевой видеослайд "внутри" (не на звёзды смотреть, не как зритель). Расширение зоны комфорта помогает воплотиться "нереальному" целевому слайду и приручить душу.
4. Визуализация текущего звена целевого слайда (звена трансерфной цепочки).
5. Звуковые слайды (Аффирмации) и его правила.
6. Представлять и помнить об Ангеле-хранителе.
7. Футляр для души - маятники загоняют душу в футляр.
8. Всегда помнить о ФРЕЙЛЕ - индивидуальной сущности души человека.
9. Слушать свой голос души ("Шелест утренних звёзд") - почаще обращать внимание на состояние душевного комфорта, чтобы было состояние единства души и разума.
10. ТЕХНИКА "ФРЭЙМ" - окно в Пространство вариантов.
11. ТЕХНИКА "КАК ВЫБРАТЬ СВОЮ ВЕЩЬ" (что-либо другое для себя).
12. Помнить о своих и чужих целях. Единственный надежный критерий в выборе цели - ДУШЕВНЫЙ ДИСКОМФОРТ (не стеснительность).
13. Как выбрать свою дверь. Если вы четко не представляете, где находится ваша дверь, работайте со слайдами и расширяйте зону комфорта.
14. Намерение. Намерение превращает желание в цель. Желание без намерения никогда не исполнится.
15. Реализация цели. Сделать заказ и откинуть веру, не ждать, не заикливаться.
16. Вдохновение. Оно внутри каждого. Оно освобождается в процессе работы. Для этого надо отпустить хватку.

Трансерфинг — это технология управления реальностью, причем весьма своеобразная. Цель здесь не достигается, а реализуется по большей части сама. Это звучит невероятно лишь в рамках обыденного мировоззрения. Нам предстоит разрушить стену устоявшихся стереотипов и ложных ограничений.

В самом деле, подчинить реальность своей воле достаточно сложно. Сокровенные желания и смелые мечты действительно труднодостижимы, если следовать общепринятым нормам и правилам. Хорошо известно, насколько малоэффективны и порой тщетны попытки изменить себя или окружающий мир.

Трансерфинг предлагает принципиально иной способ мыслить и действовать так, чтобы получать желаемое. Не добиваться, а именно получать. И не изменять себя, а возвращаться к себе.

Основная идея Трансерфинга основана на предположении существования пространства вариантов, в котором хранятся сценарии всех возможных событий. Число вариантов бесконечно, как бесконечно множество возможных положений точки на координатной сетке. Там записано все, что было, есть и будет. Энергия мыслей человека при определенных условиях способна материализовать тот или иной сектор пространства вариантов.

Потенциальная возможность воплощается в действительность, подобно отражению в зеркале вариантов. Человек способен формировать свою реальность. Но для этого требуется соблюдение определенных правил. Человеческий разум безуспешно пытается воздействовать на отражение, в то время как необходимо изменить сам образ.

<h3>1. Осознание себя во сне. Осознанный сон (ОС) тренирует внешнее намерение. Спать головой на север. Помнить об отражении в зеркале во сне.</h3>
--

Как осознать себя во сне

Да, осознанное сновидение действительно можно вызвать намеренно. Для этого необходимо приучить разум задаваться вопросом: «А происходит ли это на самом деле?» Сделать это не так сложно, если вы действительно этого хотите. Процедура обучения разума проста, но требует целенаправленного внимания. В течение дня нужно как минимум раз десять задавать себе вышеприведенный вопрос. В этом поможет ваш внутренний Смотритель. Накажите ему постоянно терпеть вас: спите вы или нет? Отвечать на вопрос надо максимально осознанно, чтобы это был действительно контроль, а не рутинная процедура. Встрепенитесь, осмотритесь, оцените ситуацию: действительно ли все идет нормально или происходит нечто подозрительное? Если вам хватит упорства, вскоре вы проснетесь в своем сновидении.

Вам предстоит убедиться, что задать себе вопрос хотя бы раз десять в течение дня довольно сложно. Вы просто про него забудете. Чтобы получилось, надо действительно очень захотеть. В зависимости от силы вашего намерения осознанное сновидение может к вам прийти через несколько дней, а может, через несколько месяцев.

Если у вас дома есть часы с боем, они могут вам помочь. В течение дня, всякий раз, как часы бьют, включайте своего Смотрителя, чтобы он спросил вас, спите вы или нет. Бой часов станет якорем, зацепкой за осознанность. Во сне, если вы услышите бой часов, вы по привычке растормошите своего Смотрителя, а он пробудит ваш разум. Можно найти и другие зацепки при условии, что во время сна вы сможете их услышать. Не стоит только привязывать вопрос к сигналам, которые не сможете слышать во сне. Например, если вы привязываете свой вопрос к звонку телефона, то не сможете задать себе этот вопрос во сне до тех пор, пока вам не приснится телефонный звонок.

В общем, принцип состоит в том, чтобы выработать привычку постоянно задавать себе вопрос о реальности

происходящего. Отвечайте на вопрос не машинально, а осознанно. Для многих сновидцев фактором, пробуждающим осознанность, является распознавание во сне аномалий, несоответствий и странностей. В большинстве случаев такие вещи не замечаются и воспринимаются спящим как вполне нормальное явление. Именно поэтому следует приучить себя критически оценивать ситуацию и отвечать на вопрос добросовестно.

Теперь вернемся к кошмару с преследователем. Вам должно быть понятно, что, желая избавиться от него, вы этого не добьетесь. Находясь во власти страха, мысли быстро проигрывают всевозможные варианты развития событий, которые тут же реализуются. Вы вовлечены в игру, правила которой установлены кем-то или чем-то другим. **И даже если вы осознали, что это всего лишь сон, то ничего не сможете сделать, пока не возьмете контроль в свои руки. Пока вы играете роль пассивной жертвы, вы во власти игры.** Не важно, что эта игра рождена собственным воображением. В данный момент вы являетесь рабом своего воображения, боитесь и убегаете, потому что сами выбрали эту роль. Если теперь вы остановитесь и захотите поменяться ролями со своим преследователем, он охотно согласится и будет убегать от вас.

Из снов разрешено выносить любую информацию. Если вы не помните, что вам снилось, определите, в каком направлении лежите. Спать лучше всего головой на север. На запад спать нельзя, это вредно для здоровья. Попробуйте лечь головой на север, и вы убедитесь, что сны стали интересней и красочней.

Осознанные сновидения (ОС) таят в себе одну скрытую угрозу. ОС — это таинственная дверь в неведомое.

Пространство сновидений

В модели Трансерфинга трактовка совсем иная: **подсознание самостоятельно ничего не воображает, а напрямую подключается к пространству вариантов, которое содержит всю информацию.**

Мозг хранит не саму информацию, а некое подобие адресов к информации в пространстве вариантов.

Как уже говорилось, разум не способен создать ничего принципиально нового. Он лишь может собрать новую версию дома из старых кубиков. Разум владеет только примитивной информацией об этих кубиках и о том, как их собирать. Более подробные данные разум хранит на бумаге и других носителях. **Вся остальная информация доходит до разума через душу, из пространства вариантов.**

Каким-то образом разум способен запоминать адреса к нужным секторам пространства. Если требуется что-то вспомнить, разум обращается к душе, а та настраивается на соответствующий сектор. Но то ли душа плохо умеет настраиваться, то ли разум плохо помнит адреса, то ли душа и разум не могут между собой договориться — в результате мы имеем, что имеем: память наша несовершенна.

Зато душа способна случайным образом настраиваться на нереализованные секторы пространства вариантов. Вот эти картины мы и видим в своих снах. Именно поэтому пограничное пространство так реально. **Сны не являются иллюзиями в обычном понимании этого слова. Разум не воображает их, а действительно видит.**

События, которые мы наблюдаем в реальности, — это реализованные варианты. **Во сне мы способны видеть то, что не было реализовано.**

Если посчастливится когда-нибудь увидеть во сне свое отражение в зеркале, вы, возможно, будете неприятно удивлены или испуганы. Это будет не то лицо, которое привыкли видеть в реальном зеркале. Вы сразу поймете, что это вы, но лицо-то изменилось! Дело в том, что внешность человека во сне соответствует именно тому сектору пространства, в который он залетел. В зависимости от смещения наблюдаемого виртуального сектора по отношению к текущему, воплощенному в реальности, ваша внешность будет отличаться более или менее значительно.

Сны показывают нам то, что *могло бы произойти* в прошлом или будущем. Прошлое нам известно. Будущее же в пространстве вариантов слишком многообразно, поэтому нет никакой гарантии, что во сне мы увидели именно грядущий сектор, который, будет реализован. Состояние душевного комфорта является наиболее надежным знаком.

Сценарий сновидений заложен в секторах пространства вариантов. Душа может произвольно путешествовать в пространстве вариантов, пока разум дремлет. Иногда он спит так крепко, что мы не помним своих снов. Как развиваются события в то время, когда разум спит, никто не знает. В реальной жизни поведение человека контролируется им. Когда разум видит сны, он выступает лишь в качестве пассивного наблюдателя и не контролирует ситуацию, а принимает все как должное.

Все происходит по сценарию, заложенному в секторе. Как только душа попала в сектор, события в нем развиваются в соответствии с ожиданиями, опасениями и представлениями, приобретенными душой и разумом в реальной жизни. Ожидания и опасения реализуются мгновенно. Например, если на сцене появляется субъект, который с точки зрения разума может нести угрозу, сценарий угрозы тут же реализуется. Стоит только промелькнуть мысли о том, что есть опасность преследования, как чудовище пускается за вами в погоню.

Так получается потому, что душа мгновенно настраивается на вариант, промелькнувший в мыслях. *Она выбирает варианты сценария в соответствии с мыслями и ожиданиями.* Движение души в пространстве вариантов происходит одновременно с ними. **Именно мысли и ожидания являются той движущей силой, которая крутит киноленту.**

Сновидение — это путешествие души в пространстве вариантов, а там имеется любой сценарий. По этой причине в осознанном сновидении можно намеренно изменять сценарий. На самом деле сценарий не изменяется — он выбирается намерением. Как только в мыслях возникло намерение поменяться ролями с преследователем, душа перестраивается на сектор с противоположным сценарием. В этом и состоит механизм осознанного сновидения: **сценарий выбирается намерением.**

Вам никто не может дать гарантии, что вы вернетесь из ОС. Пока ваша душа летает в нереализованных секторах, опасности никакой нет. Но, как вы думаете, что произойдет, когда душа в сновидении случайно попадет в реализованный сектор пространства? Так вот, гипотеза состоит в том, что вы можете материализоваться в этом секторе. Мы все привыкли, всяческие домыслы не могут нам угрожать. Но, как видите, данное предположение таит в себе угрозу.

Не нужно бояться сновидений, но и не следует относиться к ним легкомысленно. Если вы при упоминании об осознанном сновидении испытываете душевный дискомфорт, значит, вам не следует этим заниматься. Ваше внутреннее чутье: должно подсказать, грозит вам опасность или нет. Душа чувствует приближение неприятностей лучше, чем разум. Поэтому сновидения без активного вмешательства разума намного безопасней. Но если вы все-таки решились, соблюдайте во сне осторожность, не лезьте на рожон и поддерживайте максимальную осознанность. Как и в реальности, будьте как дома, но не забывайте, что вы в гостях.

2. Внутреннее и внешнее намерение. Очистка внешнего намерения. Максимальная осознанность при постоянном СМОТРИТЕЛЕ.

Волшебная сила намерения

Итак, мы выяснили, что наши мысли и желания направляют наше движение в пространстве вариантов.

Причины, по которым визуализация не приносит результата:

1. Избыточные потенциалы, которые мы создаем, когда стремимся достичь желаемого;
2. Инертность материальной реализации вариантов.
3. Стремление добиться всего и сразу.

В ОС препятствий не существует. И дело даже не в самих мыслях. Секрет в том, что **«реализации приводит не само желание, а установка на желаемое»**. Работают не сами мысли о желаемом, а нечто другое — то, что трудно описать словами. Эта некая сила стоит за кулисами сцены, на которой разворачивается игра мыслей. И тем не менее последнее слово за этой силой. Вы, конечно, догадались, что речь идет о **намерении**. Разум так и не нашел на полках своих обозначений подходящее определение для намерения. Мы будем приблизительно определять намерение как **решимость иметь и действовать**.

Сами по себе мысли действительно ничего не значат в процессе настройки на сектор пространства вариантов. Мысли — это лишь пена на гребне волны намерения. **Реализуется не желание, а намерение.**

Итак, желание само по себе ничего не дает. Напротив, чем сильнее желание, тем активнее противодействие равновесных сил. Обратите внимание: желание направлено на саму *цель*, а намерение — на *процесс достижения* этой цели. Желание реализует себя в создании избыточного потенциала собственно желания достичь цели. **Намерение реализует себя в действии. Намерение не рассуждает, достижима цель или нет. Решение уже принято, поэтому остается только действовать.** Если вы во сне, желая взлететь, будете раздумывать, возможно это или нет, у вас ничего не выйдет. Чтобы полететь, нужно просто поднять себя в воздух намерением. *Выбор любого сценария в сновидении осуществляется не желанием, а твердой установкой получить желаемое. Вы не рассуждаете и не желаете, а просто имеете и действуете.*

Вы действительно сами выбираете свою судьбу. Если параметры вашего излучения соответствуют вашему выбору и при этом законы не нарушаются, тогда вы получаете это. *Выбор — не просьба, а ваша решимость иметь и действовать.*

Намерение не создает избыточный потенциал, потому что энергия потенциала желания расходуется на действие. **Желание и действие соединяются в намерении.** Намерение в действии рассасывает созданный желанием избыточный потенциал естественным образом, без участия равновесных сил. Решая проблему — действуйте. Раздумывая над сложностью проблемы, вы создаете избыточный потенциал и отдаете энергию маятнику. Действуя, вы реализуете энергию намерения. Как известно, «глаза боятся, а руки делают». Реализуя намерение, доверяйте течению вариантов, и проблема разрешится сама.

Внешнее намерение

Намерение — это совмещение желания с действием. Намерение что-либо сделать своими силами всем знакомо — это *внутреннее намерение*. Гораздо сложнее распространить действие намерения на внешний мир. Это есть *внешнее намерение*. С его помощью можно управлять миром. Точнее, выбирать модель поведения окружающего мира, определять сценарий и декорации.

Понятие внешнего намерения неразрывно связано с моделью вариантов. Все манипуляции со временем, пространством и материей, которые не поддаются логическому объяснению, принято относить к магии или к паранормальным явлениям. Вот эти явления и демонстрируют работу внешнего намерения — **оно направлено на выбор линии жизни в пространстве вариантов.**

Внутреннее намерение бессильно превратить яблоню на тропинке в грушу. Внешнее намерение тоже ничего *не превращает*, оно *выбирает* в пространстве вариантов тропинку с грушей вместо яблони и осуществляет переход. Так яблоня замещается грушей. С самой яблоней ничего не происходит, просто делается подмена: материальная реализация перемещается в пространстве вариантов с одной линии на другую. Никакая сила не способна каким-то волшебным образом действительно превратить один предмет в другой — на это направлено внутреннее намерение, но его возможности весьма ограничены.

Внешнее намерение — это тот случай, когда «если Магомет не идет к горе, то гора идет к Магомету».

Внутреннее намерение относится к любым попыткам воздействовать на окружающий мир на одной и той же линии жизни. Все, что возможно в пределах *отдельно взятого сектора* пространства вариантов, описывается известными законами естествознания и укладывается в рамки материалистического мировоззрения. **Внешнее намерение относится к попыткам выбрать линию жизни, на которой реализуется желаемое.**

Теперь вам должно быть понятно, что пролететь через закрытое окно — это внутреннее намерение. Внешнее же намерение — это перейти на линию жизни, где окно открывается (на примере мухи, бьющейся об стекло).

Внешнее намерение даже не то чтобы твердо и непоколебимо верит в такую возможность — **оно просто бесстрастно и безоговорочно берет свое.**

Внешнее намерение — вещь, рожденная в импровизации, подобная озарению. Готовиться к внешнему намерению бесполезно. Все магические ритуалы направлены на то, чтобы вызвать собственно внешнее намерение. Но ритуал — это лишь подготовка к волшебству, театральная прелюдия, декорация. Представьте себе, во сне вы летите вниз со скалы и, чтобы не упасть, вы должны вызвать намерение повиснуть в воздухе. Готовиться и произносить заклинания времени нет. Стоит вам только вознамериться полететь, и у вас это получается. Заклинания и магические атрибуты лишь помогают пробудить ту силу, которую имеет каждый человек, но не может использовать.

Итак, мы выяснили, что природа мысленной энергии, направленной на достижение цели, проявляется в трех формах: желание, внутреннее намерение и внешнее. *Желание — это концентрация внимания на самой цели.* Как видите,

желание не имеет никакой силы. Можно сколько угодно думать о цели, желать ее, но ничего от этого не изменится. *Внутреннее намерение — это концентрация внимания на процессе своего движения к цели.* Это уже работает, но требует много усилий. *Внешнее намерение — это концентрация внимания на том, как цель реализуется сама.* Внешнее намерение просто *позволяет* цели реализоваться самой. При этом подразумевается твердая убежденность в том, что вариант реализации цели уже существует и остается только его выбрать. *Внутренним намерением цель достигается, а внешним — выбирается.*

Внутреннее намерение стремится к *цели* напрямую, напролом. Внешнее намерение направлено на *процесс самостоятельной реализации цели.* Внешнее намерение не торопится достигнуть цели — она и так в кармане. Тот факт, что цель будет достигнута, вообще не подвергается сомнению и не обсуждается. Внешнее намерение неумолимо, хладнокровно, бесстрастно и неотвратимо двигает цель к реализации.

Чтобы отличить, где работает ваше внутреннее намерение, а где внешнее, используйте примерно такие двусторонние сопоставления: пытаетесь чего-то добиться от этого мира — он сам дает вам то, что хотите; боретесь за место под солнцем — мир раскрывает вам свои объятия; ломитесь в запертую дверь — дверь сама перед вами распаивается; пытаетесь пробиться сквозь стену — стена расступается перед вами; стараетесь вызвать в своей жизни какие-то события — они сами приходят. В общем, внутренним намерением вы пытаетесь переместить свою реализацию относительно пространства вариантов, а внешнее намерение перемещает само пространство вариантов так, что ваша реализация оказывается там, где надо. Понимаете, в чем разница? Результат один и тот же, но пути достижения совсем разные.

Можно еще сказать, не вы сами летите через пространство, а оно движется относительно вас в соответствии с выбором вашего внешнего намерения.

Для того чтобы полететь, вам необходимо иметь безоговорочную веру в то, что это можно сделать.

Единственная **возможность глубже понять природу внешнего намерения — это практика ОС.** В реальности я могу вместо упражнений предложить практику осознанной жизни. Это значит не столько тренироваться, сколько жить внешним намерением. Реальность отличается от сна только инертностью материальной реализации в пространстве вариантов. Все остальное одинаково.

Если внутреннее намерение имеет четкую направленность — избежать нежелательного, то внешнее намерение указывает скорее не направление, а *зеленый свет для реализации того, в чем согласованы душа и разум.* А согласованы они в одном — в оценке события. Желательно оно или нет — не имеет значения. Внешнее намерение видит единство души и разума и просто выбирает соответствующий сектор в пространстве вариантов.

Сценарий игры

Зеркало — это пример динамической корректировки сценария. Только здесь работает внутреннее намерение, а во сне точно так же работает внешнее. Наяву человек видит свое отражение в зеркале и сразу же внутренним намерением изменяет выражение лица в соответствии с ожиданием. *Во сне человек видит игру, а его внешнее намерение, независимо от его воли, выбирает сценарий поведения окружающего мира в соответствии с переживаниями и ожиданиями человека.*

Как вы помните, *внутреннее намерение пытается непосредственно воздействовать на внешний мир, а внешнее — позволяет внешнему миру реализоваться* в соответствии с намерением.

Во сне события развиваются только по такому сценарию, какой вы можете допустить. Не произойдет ничего такого, что не укладывалось бы в вашей голове. Этим, в частности, объясняется низкая критичность ко всему, что происходит во сне. Даже совершенные нелепости спящий человек принимает как должное, потому что он сам является сценаристом и режиссером своих снов. Не то чтобы нелепости были нормой, но их потенциальная возможность подсознанием не исключается. Ведь во сне рациональный разум дремлет, а подсознание вполне может допустить всякие невероятные вещи.

Низкая критичность к происходящему наяву является причиной такого явления, как гипноз, завороченность. Например, цыганский гипноз основан на трех «да». Человек три раза утвердительно отвечает на три вопроса, и у него возникает иллюзия, что все идет как надо.

Как в осознанном сновидении, так и в реальности, **чтобы обрести контроль над внешним намерением, необходимо проснуться.**

Игра по вашим правилам

Чтобы **обрести контроль** как над сновидением, так и над реальной жизнью, необходимо **переключиться с роли участника на роль наблюдателя.** При этом не переставайте участвовать в ролевой игре и по-прежнему исполняйте свою роль. Но у вас постоянно работает внутренний Смотритель. Вы как бы сдаете себя в аренду в качестве актера и в то же время наблюдаете за своей и чужой игрой отстраненно из зрительного зала. Смотритель постоянно включен в фоновом режиме. Он не вмешивается, но следит за происходящим и отдает трезвый отчет.

Вспомните, как это происходит, когда вы погружаетесь в какую-нибудь проблему. Например, к вам подходит сослуживец и сообщает, что нужно сделать такую-то работу. Если это в какой-то степени для вас проблема, первая реакция — это озабоченность, если не угнетенность.

А теперь представьте себе другой вариант развития событий. К вам подходит человек, несущий проблему. В этот момент встаетесь и скажите себе, что не спите и можете сами решить, превратится первый толчок маятника в проблему для вас или нет. Это первое условие контроля над ситуацией. Осталось выполнить второе условие: вознамерьтесь провалить этот маятник.

Быть отстраненным в данном случае вовсе не означает быть рассеянным. Любая сложная проблема имеет простое решение. Это решение лежит на «водевильной» линии жизни. *Для перехода на эту линию требуется всего лишь намерение представить себе, что будет именно так.*

Помните, *вы имеете право только выбирать, а не изменять.* Будьте как дома, но не забывайте, что в гостях. Следует также помнить: сдавая себя в аренду, необходимо действовать безупречно. *«Водевильный» настрой на проблему — это не расхлябанность и беспечность, а трезвая оценка важности.*

Осознанность — это не контроль, а наблюдение. Контроль направлен только на то, чтобы не барахтаться в негативе, а представить себе благоприятный сценарий и пустить его в свою жизнь, принять его всем сердцем. Не навязывать миру свой сценарий, а допустить его возможность, позволить варианту реализоваться, а себе позволить его иметь. Вы перестанете бороться с миром и сможете позволить себе выбирать только в том случае, если душа и разум придут к единству.

Насколько высока степень вашей осознанности наяву, настолько эффективно вы способны распоряжаться своей судьбой.

Ответственность за свою судьбу — это не бремя, а свобода.

Осознанность помогает также вытащить из подсознания интуитивную информацию. Это можно сделать, если ловить себя на мысли: «А почему мне вдруг захотелось это сделать?» Голос души звучит тихонько, еле слышно. Разум в ответ орет: «Замолчи, я сам знаю, чего хочу и что мне делать!» Надо выработать у себя привычку постоянно прислушиваться к шелесту утренних звезд. В полуосознанном состоянии практически невозможно вовремя вспомнить, что надо подмечать, о чем говорит внутренний голос. Даже если вы с утра дали себе твердую установку слушать голос вашей души, в нужный момент не сможете об этом вспомнить, если будете спать.

Максимальная осознанность достигается при условии, что в вашем сознании постоянно присутствует Смотритель.

Очистка намерения

Внешнее намерение представляет собой непостижимую и огромную силу. И в то же время вы убедились, насколько оно зыбко и неуловимо. Это и контроль, и одновременно отказ от контроля, воля действовать и отказ от силового давления, решимость иметь и отказ от стремления добиваться. Для разума это нечто новое и непривычное. Человек привык всего добиваться внутренним намерением. Воздействуешь на мир непосредственно, напрямую, и он сразу же реагирует. Все просто и понятно. Но он так легко не поддается, требуется прилагать усилия, настаивать на своем, бороться, пробиваться. А тут предлагается отказаться от активного наступления, мол, мир сам раскроет объятия. Очевидно, такой нетривиальный подход ставит разум в тупик.

Как же добиться баланса и совместить решимость иметь с отказом от прямого воздействия? Ответ напрашивается сам собой: необходимо соблюдать равновесие намерения. Это означает хотеть, не желая, заботиться, не беспокоясь, стремиться, не увлекаясь, действовать, не настаивая. Равновесие нарушается потенциалами важности. Как вам известно, чем важнее цель, тем труднее дается ее достижение.

Желание еще тем отличается от намерения, что не исключает вероятность неисполнения. Если мы чего-то желаем и это трудно получить, тогда хочется еще больше. Желание всегда создает избыточный потенциал. Само желание — это уже потенциал по определению. Это когда где-то отсутствует нечто, но есть мысленная энергия, направленная на привлечение этого нечто туда. **Намерение не верит и не желает, а просто действует.**

Чистое намерение никогда не создает избыточный потенциал. Мысленная энергия желания направлена на цель, а энергия намерения — на процесс ее достижения. Когда человек хочет чего-либо, он создает возмущение в энергетической картине окружающего мира, что влечет за собой действие равновесных сил. А когда он просто топает в киоск за газетой, никакой неоднородности уже нет.

На картину линий жизни желание действует так: я хочу это получить, но боюсь, что не получу, поэтому думаю о неудаче (ведь для меня это важно!) и излучаю энергию на частоте линии неудачи. Намерение действует совсем наоборот: я знаю, что получу требуемое, для меня этот вопрос уже решен, поэтому я излучаю энергию на частоте линий, где я уже имею то, что хочу.

Итак, достижению цели мешают два избыточных потенциала: желание и вера. Точнее, страстное желание во что бы то ни стало добиться цели и борьба с сомнениями в возможности ее достижения. Чем желаннее цель, тем больший вес приобретает сомнение в удачном исходе. Сомнение в свою очередь еще больше повышает ценность желаемого. Мы уже выяснили, что желание не помогает, а только мешает. **Секрет исполнения желания состоит в том, что от желания нужно отказаться, а взамен взять намерение, то есть решимость иметь и действовать.**

Внешнее намерение и есть та сила, которая осуществляет собственно Трансерфинг — переход по линиям жизни или, другими словами, движение материальной реализации по секторам в пространстве вариантов.

Если внутреннее намерение — это решимость действовать, то внешнее — это скорее решимость иметь.

Процесс очистки намерения от желания можно проводить по следующему алгоритму. Вы размышляете по поводу достижения цели. Как только появились сомнения, значит, у вас есть желание.

Чтобы снизить важность, есть одно простое и действенное средство: *заранее смириться с поражением*. Не сделав этого, вы не избавитесь от желания.

Очищая намерение от желания, не растеряйте само намерение. Вознамерьтесь добиться цели и заранее смириться с поражением. Несколько раз прокрутите в голове сценарий поражения, подумайте о том, что будете делать в случае неудачи, найдите запасные пути, страховку. Ведь жизнь на этом не кончится?

Не стоит только возвращаться к сценарию поражения снова и снова. Это лишь единичный акт, освобождающий вас от необходимости всенепременно добиться цели именно так, как вы задумали. На самом деле вам не дано знать, каким образом цель может быть достигнута.

Смирившись с поражением, больше не размышляйте ни о поражении, ни об удаче, а *просто идите к цели*. Двигайтесь к цели, как в киоск за газетой.

Отдать себя в руки внешнему намерению вовсе не означает полностью отказаться от внутреннего и сидеть сложа ручки, ожидая согласия души и разума. Вам никто не мешает добиваться цели общепринятыми способами. Отказ от желания и важности оказывает такое же благотворное влияние и на результат работы внутреннего намерения. Но теперь у вас появляется шанс привлечь на свою сторону гораздо более могущественную силу внешнего намерения. Это позволит вам добиться того, что раньше казалось недостижимым.

3. Правильный целевой видеослайд "внутри" (не на звёзды смотреть, не как зритель). Расширение зоны комфорта помогает воплотиться "нереальному" целевому слайду и приручить душу.

Почему же виртуальный сектор умалишенного человека не материализуется? Как уже говорилось, реализация варианта происходит, когда энергия модулируется мыслями человека в полном единстве души и разума. Видимо, такое единство в данном случае не достигается. Или же смещение между материальным и виртуальным секторами слишком велико, а потому требует очень много энергии для реализации. Например, новый Наполеон в наше время — это слишком экстраординарный случай, поэтому он находится далеко за пределами возможного течения вариантов. А может быть, существуют и другие причины, о которых нам неизвестно.

Человек может не только видеть другую реальность, но и воспринимать действительность в искаженном свете. Восприятие человека очень сильно зависит от информации, которая заложена у него с детства.

Искавление реальности

Человек не может воспринимать окружающий мир совершенно объективно. Представление каждого человека о себе и об окружающем мире зачастую далеко от истины. Искажение вносят наши слайды. Например, вас беспокоят некоторые личные недостатки, и вы из-за этого испытываете чувство неполноценности — ведь кажется, что другим это тоже не нравится. Тогда, общаясь с людьми, вы вставляете в свой «проектор» слайд комплекса неполноценности и видите все в искаженном свете. Допустим, в данный момент вы беспокоитесь, как одеты. Может даже казаться, что другие обращают на вас внимание и смотрят с усмешкой или презрением.

Но в головах окружающих вовсе нет об этом мыслей. Эти мысли присутствуют только в вашей голове в виде слайда, искажающего действительность. Любимый человек, как правило, на девяносто процентов занят мыслями о своей особе — так же, как и вы сами. Даже если вы проходите собеседование для приема на работу, будьте уверены: интервьюер сам озабочен больше тем, как лучше сыграть свою роль.

Слайды вносят искажения в ваши представления о том, что думают о вас другие люди. Слайд — это искаженная картина действительности. Слайд — это то, что есть в вашей голове, но нет у других. Например, вы считаете свою внешность недостаточно привлекательной. Если это вас не очень волнует, искажения нет. Все есть как есть. Но дело даже не в том, что вы думаете о своей внешности, а какое влияние оказывает слайд на вашу жизнь. Если вас беспокоит собственная внешность, вы создаете в своей голове слайд: «я некрасивая (некрасивый)» и смотрите на окружающий мир через него, как через фильтр. Это слайд, потому что он зафиксирован только в ваших мыслях. Внешность могут оценивать, то есть придавать ей значение, только потенциальные партнеры. А это очень небольшой процент людей. Остальным окружающим и дела нет до вашей внешности. Не верите? Тогда спросите у самого авторитетного арбитра, то есть у себя самого: насколько вас волнует внешность тех, кто не входит в круг ваших потенциальных партнеров или соперников. Скорее всего, вы даже не задумывались над вопросом — привлекателен данный человек или нет. То же самое думают (или вообще не думают) окружающие в отношении вас. Можете быть уверены, что это так, даже если вы считаете себя уродливым. Уродство производит впечатление только в момент первой встречи, а потом на это перестают обращать внимание, как на привычную декорацию.

Слайды действуют двояким образом. С одной стороны, они искажают представление человека о его месте в этом мире и об отношении к нему окружающих. С другой стороны, они искажают его представление о внешнем мире. В частности, каждый склонен видеть свойства своего слайда в окружающих людях. Например, человек не любит какие-то врожденные качества своего характера. Он стремится запрячь их от себя подальше, чтобы самому не видеть. Но неприглядный слайд затушевать невозможно, он сидит в голове и делает свое дело. У человека возникает иллюзия, что другие думают и поступают примерно так же, как он сам. А если некоторые качества в себе не нравятся, он склонен видеть то же самое в других, то есть навешивать на них свои проекции.

Проекция — это когда недовольство собой, загнанное в подсознание, выплескивается на окружающих. Человеку не хочется ругать самого себя за некоторые плохие стороны, поэтому он склонен видеть эти же самые стороны у других. Люди часто охотно ругают других за то, что им самим не нравится в себе.

Негативный слайд, как правило, порождает единство души и разума. Как вы понимаете, внешнее намерение в данном случае работает безотказно.

Позитивные слайды

Для начала надо провести у себя инвентаризацию и выявить свои негативные слайды. Задайтесь вопросом: что вам в себе не нравится, что вы хотите скрыть, от чего избавиться? Слайды человек создает бессознательно. Теперь проснитесь и осознанно посмотрите на свои негативные слайды. В осознанном состоянии вы их легко обнаружите. Необходимо выбросить из головы подобный хлам. Как это сделать? Просто так вы от них не избавитесь. Нужно лишить слайды основы, на которой они держатся, а именно — вашего внимания и значения, которые вы им придаете. Внимание необходимо переключить с негативного на позитивное. Махните рукой на все, что досаждало, и перестаньте с собой бороться. Отвернитесь от своих недостатков и переключите внимание на достоинства, которые у вас есть и которые вы хотите приобрести.

Для вас важно скрыть свои недостатки? Это основа для негативного слайда. Вам важно производить хорошее впечатление? Это будет основой для позитивного слайда. **Все осталось на своих местах, изменилось лишь направление вашего внимания, вашей важности.** Нарисуйте себя так, как хотите себя видеть. Это не будет самообман, потому такая игра вполне осознанна. Создайте себе слайд, где вы блистаете во всей красе. Любите себя в этом слайде и ухаживайте за ним, добавляя все новые детали.

Слайд не обязательно должен содержать статическую картину. Это может быть представление о том, как грациозно и уверенно вы двигаетесь, как элегантно одеты, какие у вас аристократические манеры, как вы блистаете остроумием, излучаете обаяние, располагаете к себе людей, легко справляетесь с проблемами. Теперь вставляйте в голову этот слайд — и вперед. Позитивный слайд так же, как и негативный, будет оказывать непосредственное влияние на ваши действия и поведение. Вы невольно и даже бессознательно будете подстраиваться под слайд. Но основную

работу будет выполнять внешнее намерение в соответствии с картиной слайда.

Воспроизводите созданную картину в мыслях до тех пор, пока слайд не растворится. Как это понимать? Со временем слайд фактически превратится в часть вашей личности, и тогда он перестанет быть слайдом. Когда вы добьетесь желаемого, оно перестанет иметь для вас значение. Важность исчезнет, и слайд растворится, но миссию свою он выполнит. Это будет означать, что душа пришла в согласие с разумом. А это обязательно произойдет, ведь вы этого хотите и душой, и разумом. Пока разум пытается превратить слайд в действительность, в глубине души вы все равно осознаете, что это лишь игра в маску. Но если вы будете последовательно и систематически фиксировать в мыслях картину слайда, душа привыкнет и согласится принять слайд как свою неотъемлемую сущность. Не забывайте о том, что внешнее намерение не может мгновенно реализовать этот слайд, а действует постепенно.

Картины слайдов могут относиться к любым качествам, которых, по вашему мнению, у вас недостает. Однако вы должны отдавать себе отчет, насколько реально воплощение такого слайда в действительность. Не следует сразу рисовать идеальную картину. Начинать лучше с реально достижимых ступеней. Со временем вы сможете подняться на более высокие ступени.

Ни в коем случае не срисовывайте образ с людей, которые, по вашему мнению, обладают необходимыми качествами! Ваш слайд должен быть именно вашим, а не чужой копией. Отметим, что любое качество имеет заменитель, который на данном этапе ближе подойдет именно вам. Смелость можно заменить решительностью, красоту — обаянием, силу — ловкостью, умение говорить — умением слушать, интеллектуальность — осознанностью, физическое совершенство — уверенностью. Поставив реально достижимые цели, вы даете внешнему намерению возможность быстрее выполнить ваш заказ-минимум и приступить к реализации более сложных задач.

Позитивные слайды действуют особенно эффективно и быстро, если вы идете на встречу с незнакомыми людьми, которые еще не составили о вас представления. Это может быть собеседование, конкурс, вечеринка или что-то в этом роде. Смело вставляйте в голову нужный слайд и ничего не бойтесь. Не забывайте про картину на слайде, держите ее постоянно в сознании. Позвольте себе роскошь отбросить всякие колебания и сомнения типа «а вдруг не получится». Ведь вы ничего не теряете, отбросив сомнения. Если хватит решимости иметь, вы добьетесь максимально возможного, а иногда и невероятного успеха.

Позитивные слайды можно создавать не только в отношении своей личности, но и по отношению к окружающему миру. Такие слайды будут пропускать все позитивное и отбрасывать негативное. Как бы там ни было, выгодно прежде всего быть открытым для всего хорошего, а все плохое игнорировать. На выставке вы останавливаетесь возле приглянувшихся экспонатов и равнодушно проходите мимо того, что не нравится. В этом отношении окружающий мир отличается от выставки тем, что негатив будет вас преследовать, если не будете равнодушно проходить мимо. Позитив, в свою очередь, будет всегда с вами, если будете с радостью его принимать.

Может показаться, что позитивные слайды подобны розовым очкам. Вопреки сложившемуся мнению, розовые очки — это изобретение пессимистов, а не оптимистов. Пессимисты прагматично опасаются видеть все в розовом цвете и назидательно предостерегают оптимистов. Такая прагматичность есть не что иное, как негативный слайд. Пессимист не решается позволить себе роскошь иметь, а поэтому и получает соответственно.

Не стоит особо беспокоиться о том, что позитивный слайд тоже искажает восприятие. В большинстве случаев это искажение незначительно, поскольку внутренний контроль все-таки делает свое дело. Искажение, вызванное позитивным слайдом, пойдет только на пользу, если, конечно, вы не вообразите себя Наполеоном. Во всем хорошо знать меру и помнить про избыточные потенциалы. Негативные слайды своим искажением приносят неизмеримо больший вред. Но искажение — это еще не самое главное. Основное свойство слайдов состоит в том, что внешнее намерение медленно, но верно воплощает их в действительность.

Расширение зоны комфорта

Допустим, у вас есть амбициозное желание стать звездой или миллионером. А вы готовы себе это позволить? Как правило, люди считают, что слава, деньги или власть — это удел избранных. Кто же их выбирает, этих избранных? В первую очередь — они сами, а потом уж все остальные. Если вы мечтаете о чем-то, но не готовы себе это позволить, вы это не получите.

Необходимо свыкнуться с мыслью, что вы добьетесь своей цели. Если хотите стать обеспеченным человеком, но при этом боитесь заходить в дорогие магазины, у вас ничего не получится. Если испытываете хоть малейшую неловкость в дорогом магазине, значит, вы не готовы себе позволить иметь дорогие вещи.

Ощущение ясности без слов, знания без веры, уверенности без колебаний и есть состояние единства души и разума. В таком состоянии вы ощущаете свое единение с безмолвной силой, которая управляет Вселенной. Эта сила подхватывает вас и переносит в сектор, где исполняется то, в чем сошлись душа и разум.

Позитивные слайды помогают включить невероятное в зону вашего комфорта. Когда вы перестанете испытывать душевный дискомфорт от мысли, что вам доступна любая мечта, сомнения отпадут, и вера превратится в знание. Душа придет в согласие с разумом, и тогда появится решимость иметь.

Душу убеждать в чем-либо бесполезно. Она ведь не рассуждает, а знает. Ее можно только приучить. Она должна привыкнуть к новой зоне комфорта. Для этого и нужны слайды. С помощью слайдов единство души и разума достигается постепенно. Эта крепость берется длительной осадой. Создайте в голове слайд своей мечты и постоянно держите его в сознании. Возвращайтесь к нарисованной картине снова и снова. Прорабатывайте детали, рисуйте новые подробности.

Не смотрите на слайд как сторонний наблюдатель, а погрузитесь в него и живите в нем, хотя бы виртуально. Одергивайте себя всякий раз, как будете пытаться представлять слайд в виде кинокартины на экране. Это малоэффективно. Вы должны мысленно проигрывать сцены, ощущая себя непосредственным участником, а не зрителем в кинотеатре. Чем бы вы ни занимались, воспроизводите в мыслях свой слайд постоянно. Вы можете думать о другом, но картина слайда должна служить фоном. Это должно войти в привычку. Слайд дает результаты только при длительном и систематическом воспроизведении.

Активно интересуйтесь всем, что относится к предмету вашей мечты. Впускайте в себя всю необходимую информацию, дайте ей возможность проникнуть в слой вашего мира. Хорошо, если есть возможность проиграть слайд в

реальности, хотя бы формально. Например, в тех же дорогих магазинах вы можете репетировать, как будете выбирать. Не думайте о деньгах и не смотрите на цены. Ваша цель не деньги, а то, что можно на них купить. Достаточно просто вращаться возле всего этого, чувствовать вкус, выбирать, просто спокойно смотреть и оценивать. Впустите в себя все эти вещи. Смотрите на них не как на недостижимую роскошь, а как на то, что собираетесь вскоре купить. Притворитесь хозяином этих вещей. Пусть продавцы думают, что вы покупатель. Поиграйте в разборчивого покупателя (только не высокомерного). Впуская эти вещи в слой своего мира, вы постепенно настраиваетесь на линии жизни, где они будут ваши.

Не нужно беспокоиться, каким образом они таковыми станут. Если у вас будет решимость иметь, внешнее намерение без вашего ведома найдет способ, о котором вы и не подозреваете. Потом не удивляйтесь и не убеждайте себя, что это случайность, совпадение или какая-то мистика. Не помню, кто это сказал: «Случай — это псевдоним Бога, когда он не желает подписываться своим именем».

Если вас посещают хоть мимолетные чувства благоговения перед миром своей мечты, гоните их прочь. Это ваш мир, и в нем нет ничего недоступного для вас. Внешняя или внутренняя важность будет служить препятствием на пути к единству души и разума. Мир вашей мечты должен быть радостным, но в то же время обыкновенным. Если вы имеете, для вас это обыкновенно, в порядке вещей. Чтобы настроиться на соответствующие линии жизни, вы должны чувствовать себя так, будто уже имеете. Это не самообман, потому что вы играете осознанно.

Визуализация цели

Известные виды визуализации можно подразделить на три группы:

Первая группа — мечты. С практической точки зрения это наиболее слабый и ненадежный вид визуализации. Мечтать не вредно, но практически бесполезно. *Мечты не сбываются!* Фантазеры, как правило, всерьез не претендуют на осуществление своей мечты. Им только кажется, что они очень хотят, чтобы она сбылась. Но в глубине души они либо не верят, что мечта может сбыться, либо не имеют намерения иметь и действовать. Мечтатели смотрят на свои мечты, как на далекие звезды. Когда им намекают о воздушных замках, они захлопывают свои раковины, как устрицы: «Не трогайте мою мечту!» Если четко определить цель мечтателей, то это сам процесс мечтания, и не более того.

Вторая группа — это кино. Я имею в виду не кинематограф, а фильм в мыслях о своем желании. Прокрутка фильма в голове осуществляется намеренно, в этом состоит отличие от мечтания. Есть намерение иметь и действовать, и одно из действий — это визуализация исполнения желания в виде просмотра киноленты. Как это происходит? Например, вы хотите иметь дом и представляете себе его и так и этак, во всех деталях, то есть по всем правилам. Вы имеете в голове совершенно ясную картину или почти ясную, как он выглядит, и каждый день постоянно носите в мыслях этот образ.

Допустим, вы блестяще справились с этой задачей. Казалось бы, желание должно исполниться. Угадайте, что вы получите? А вот что: непременно увидите этот дом — почти или совсем такой, как его представляли. Но вам он не достанется. Это будет чужой дом на улице или в кино. Потому что получаете то, что заказываете. Ведь вы так честно трудились над визуализацией дома, но при этом никак не объясняли «официанту», что дом ваш, поэтому он просто в точности выполнил этот заказ. Вы так увлеклись качеством процесса визуализации, как вас учили в книгах, что забыли о самом главном: кто владелец этого дома. В этом состоит основная ошибка тех, кто занимается такой визуализацией. Фильм так и останется фильмом, вы никогда не станете его участником. Вы же смотрите на него, как нищий на витрины!

Третья группа — вы не смотрите кино как зритель, а мысленно играете в нем. Это уже гораздо эффективней. Играя в свой образ, вы настраиваете параметры своего излучения на соответствующие линии жизни. Например, ваша цель иметь новый дом. Не надо смотреть на него в мыслях, как на картину. Создайте себе своего рода виртуальный сон наяву. Зайдите в дом, пройдитесь по комнатам, потрогайте все вещи вокруг себя. Развалитесь в кресле напротив камина, почувствуйте уютное тепло и запах дыма, подбросьте дров. Пройдите на кухню, загляните в холодильник. Что там лежит? Уложите себя спать в удобной кровати. Вам комфортно? Сядьте за стол в кругу своей семьи. Отпразднуйте новоселье. Передвиньте мебель. Потрогайте руками травку во дворе. Она зеленая и мягкая. Посадите цветы. Какие вы любите? Сорвите яблоко с яблони и съешьте. Почувствуйте себя дома. Ведь это ваш дом. Не смотрите на него глазами страждущего мечтателя, с благоговением, как на нечто недостижимое или как на отдаленную перспективу. Вы уже имеете дом, притворитесь, что это реально.

Как вы понимаете, данная визуализация представляет собой слайд. Такой слайд расширит зону вашего комфорта и со временем обязательно реализуется. Но когда это произойдет, неизвестно.

Работая со слайдом, необходимо помнить о следующем. Во-первых, если вы охладели к своей цели, он растворится, и вам придется заставить себя с ним работать, что очень скоро надоест. Тогда стоит подумать: а нужен ли вам этот слайд на данный момент? Во-вторых, необходимо помнить, что внешнее намерение реализует слайд далеко не сразу, постепенно приближая вас к целевым линиям жизни. Требуется спокойное терпение и настойчивость.

Настойчивость необходима только на начальном этапе. Потом визуализация слайда войдет в привычку, и вам не придется себя заставлять. Ну и, наконец, если цель не является вашей, а навязана маятниками, вам не удастся достичь единства души и разума. Если же вы всей душой стремитесь к цели, визуализация слайда обязательно принесет результаты. Когда у вас будет подлинная решимость иметь, внешнее намерение найдет способ реализовать вашу цель.

Если вы подумали, что слайд — это и есть метод визуализации в Трансерфинге, то вы ошиблись. Даже слайд самого высокого качества может потребовать длительное время для реализации, особенно если цель лежит в достаточно отдаленном от вас секторе пространства вариантов. Процесс достижения цели можно ускорить при помощи визуализации Трансерфинга. Что это такое, вы узнаете.

4. Визуализация текущего звена целевого слайда (звена трансерфной цепочки).

Визуализация процесса

В Трансерфинге выполняется *визуализация процесса движения к цели* — вот в этом случае работает намерение, поэтому цель будет достигнута рано или поздно. Движение к цели происходит не так быстро, как во сне, но движение есть, и довольно ощутимое!

Хорошей иллюстрацией служит забота матери, воспитывающей своего ребенка.

Если работаете над бизнес-проектом, представляйте себе, как вам в голову приходят все новые гениальные идеи. Вы каждый день вносите интересные и нестандартные предложения. Наблюдайте за ростом своего проекта и убеждайте себя в том, что он постепенно превращается в эталон профессионализма.

Если вы работаете над своим телом — растите его, как мать ребенка. Представляйте себе, как ваше тело постепенно приобретает совершенные формы. Ухаживайте за ним, тренируйте его, а потом воображайте, как мышцы где-то растут, а где-то подтягиваются.

В любом случае визуализируйте процесс: каким образом ваше дело продвигается к завершению. *Просто созерцание конечного результата расширяет зону комфорта, и это уже немало. Но, занимаясь визуализацией процесса движения к цели, вы заметно ускоряете работу внешнего намерения.*

Трансферные цепочки

Визуализация в Трансерфинге — это мысленное представление процесса реализации текущего звена трансферной цепочки. Под представлением понимается направление хода мыслей в нужное русло. Мыслям только нужно дать толчок, а дальше они сами пойдут, как по сценарию во сне. Нужно жить процессом реализации звена и в мыслях, и в действиях согласованно.

Переход на целевые линии осуществляет все же рабочая лошадка Трансерфинга — визуализация процесса движения к цели. Занимаясь визуализацией процесса, вы объединяете свое внутреннее намерение с внешним.

5. Звуковые слайды (Аффирмации) и его правила.

Аффирмации работают так же, как и слайды, но их надо применять с учетом различий в языках души и разума. Во-первых, душа не понимает слов. Если вы будете бездумно твердить что-то, это ничего не даст. Душа понимает лишь бессловесные мысли и чувства. Слова могут в некоторой степени смоделировать мысли и чувства, но это уже не то, потому что речь вторична. Гораздо эффективнее один раз почувствовать, чем тысячу раз повторить. Поэтому надо стремиться одновременно переживать то, что вы повторяете.

Во-вторых, *отдельная аффирмация должна быть узконаправленной.* Не стоит объединять вместе сразу несколько целей. Например, вышеприведенная аффирмация, казалось бы, очень хороша по содержанию. Там есть все, что нужно. Однако, повторяя такую аффирмацию, вы не сможете вызвать у себя весь комплекс требуемых ощущений.

В-третьих, необходимо *избегать монотонности и однообразия.* Каждую новую серию повторений следует сопровождать новыми аспектами переживаний и ощущений. Например, если постоянно повторять себе: «Я спокоен и уверен в себе», эти слова скоро перестанут для вас означать то, что они несут. Уверенность появляется в момент возникновения намерения быть уверенным. Желание нужно вынашивать, долго себя убеждая. Намерение, наоборот, действует сразу: хочешь быть уверенным — будь им.

Обратите внимание, нужно говорить «все получается», а не «все получится». Вам необходимо настроить параметры своего излучения так, *как будто вы уже имеете то, что заказываете.*

Заказывать душевный комфорт тоже бессмысленно. Душевный комфорт — это следствие согласия души и разума в отдельно взятом вопросе. Согласия невозможно добиться вообще, то есть абстрактным самовнушением. Можно только приучить и успокоить душу с помощью конкретного слайда.

Аффирмации наиболее эффективно работают только в том случае, если вы находитесь в *нулевом эмоциональном состоянии*, когда нет избыточных потенциалов. Подсознание нельзя убедить или приказывать ему. Включая любые эмоции, вы нарушаете равновесие. Если вы с напором пытаетесь вдолбить себе одну и ту же мысль, ваша душа «заткнет уши». Наиболее эффективно бесстрастное повторение в расслабленном состоянии. Тогда, может быть, ваш разум достигнет до подсознания. А если разум с жаром пытается убедить душу, значит, он сам не верит, и никакие повторения не рассеют сомнения.

Как вы понимаете, аффирмация — это своего рода *звуковой слайд*. Можно использовать как видеослайды, так и аффирмации. В комплексе они производят наилучший эффект.

ДУША И РАЗУМ

Парус души

Как уже говорилось, *душа может ощущать ветер внешнего намерения, но она не способна поставить парус, чтобы использовать этот ветер. Парус устанавливает воля разума. Воля является атрибутом осознанности.*

Полет бессознательной души по ветру внешнего намерения происходит спонтанно, неуправляемо. Именно осознанность разума дает возможность целенаправленно изъяслять волю.

Мираж

Звезды рождаются самостоятельно. Но зажигают их маятники. Они не отрицают, что каждый может добиться успеха, но тщательно скрывают тот факт, что уникальными способностями и качествами обладают как раз все люди без исключения. Для маятников будет смерти подобно, если каждый человек откроет в себе уникальные способности. В таком случае все приверженцы станут свободными личностями, выйдут из под контроля, и маятник просто развалится. **А правило гласит: «Делай как я!»**

Подражая своим кумирам, молодые люди пытаются *поймать мираж*. Стремление брать пример и быть похожим на тех, кто добился успеха, — это работа внутреннего намерения мухи, бьющейся о стекло. Они настраиваются на чужой сектор, где сами будут не более чем пародией. Разум способен создать различные вариации копий, но этим никого не удивишь. Звезда стала звездой именно благодаря своей уникальности, самобытности, непохожести на других. Душа каждого человека по-своему неповторима. Уникальная душа имеет в пространстве вариантов свой уникальный сектор, где ее исключительные свойства проявляются во всем великолепии.

6. Представлять и помнить об Ангеле-хранителе.

Ангел-хранитель

Представляйте его в любых формах: в виде младенца с крылышками, в виде облачка, птички или чего угодно. Это совершенно не важно. Поэтому представляйте его так, как будет удобно. Даже можете его отождествить со своей душой. Главное — *никогда не обижайтесь на него и уж тем более не злитесь*. Ему лучше знать, от чего вас оградить и куда направить, потому что в сравнении с ним вы — слепой котенок. Не вам его упрекать. Вы понятия не имеете, от каких бед он пытается вас уберечь по мере своих возможностей.

Роль Ангела-хранителя трудно переоценить. Уже лишь одно сознание того, что есть существо, которое заботится о вас и по мере своих сил оберегает, дает дополнительный баланс уверенности. А уверенность, порождающая спокойствие, играет очень большую роль в жизни человека. Если вам одиноко, можете разделить с Ангелом свое одиночество. Если у вас беда или радость, этим тоже легко с ним поделиться. Но у Ангела-хранителя есть еще одно чудесное качество, которое можно использовать: *в отличие от вас он не подвержен действию равновесных сил*.

Есть один способ, позволяющий насладиться радостью и гордостью, не создавая при этом избыточный потенциал. *Разделите свою радость и гордость с Ангелом-хранителем*. Ведь он заботился о вас, помогал.

Думайте о том, что ваш успех — это его заслуга. Что при этом происходит? Ваш избыточный потенциал гордости рассасывается. И в то же время вы без опасений оставляете в себе место для праздника души.

Вместо того чтобы создавать избыточный потенциал гордости или благодарить осчастлививший вас маятник, лучше отдайте награду и благодарность своему Ангелу. *Он не просит у вас энергии, но он в ней нуждается*. Если вы считаете, что получили помощь от маятника, можете поблагодарить и его тоже, это никому не повредит. Но маятник и так всегда получит свою долю вашей энергии. Он никогда ничего не дает даром. Не забывайте только про своего Ангела. *Постоянно напоминайте ему, что благодарны и любите его*. Он станет сильнее и отплатит вам многократно.

7. Футляр для души - маятники загоняют душу в футляр.

Поведение и мысли человека обусловлены его зависимостью от маятников. Как вы уже убедились из предыдущих глав, такая обусловленность отнимает у человека энергию, восстанавливает против него равновесные силы и уводит в сторону к ложным целям. В довершение ко всему внешнее намерение работает в качестве реализации худших ожиданий. Человек и рад бы освободиться от обусловленности и зависимости, но не знает, как.

Вам теперь известно, что власть маятников держится на важности и неосознанности. Человек реагирует на их провокации неосознанно.

Вам предстоит убедиться, что маятники так просто не отстанут. Как только у вас появятся зачатки решимости иметь, они устроят ситуацию, в которой попытаются дать понять, что ваши возможности ограничены. Как только вы почувствуете себя способным выбирать и определять сценарий игры, маятники попытаются расстроить ваши планы. Как только вы почувствуете спокойствие и уверенность, они попытаются вас зацепить. *Не поддавайтесь на провокации и не позволяйте вывести себя из равновесия. Держите свою важность на минимальном уровне и действуйте осознанно*. От вас требуются не усилия и не стойкость, а только осознанное намерение держать важность на нуле.

В этой игре ваши возможности ограничены только собственным намерением. Возможности маятников ограничены только уровнем вашей важности и осознанности. Помните: если я пустой, им не за что меня зацепить, если я осознаю смысл игры, маятники не способны навязать мне сценарий. Если им удалось вас разочаровать, расстроить, вывести из равновесия, значит, следует оглянуться и понять, в чем вы превысили уровень важности.

Измените свое отношение к тому, что вывело вас из равновесия. Постарайтесь осознать, что *важность нужна не вам, а маятникам*. Футляр для души сделан из вашей важности. Не придавайте ничему избыточно важное значение. Просто *спокойно и не настаивая берите свое*. Если оно пока не дается, не придавайте этому значения тоже — маятники только и ждут, что вы упадете духом. Если вас что-то расстроило, сбросьте важность. Отдавайте себе отчет, что это только игра маятников. Именно игра, а не битва, потому что, по сути, маятники подобны глиняным болванам. Одержав победу в игре с маятниками, вы получите **свободу выбора**.

8. Всегда помнить о ФРЕЙЛЕ - индивидуальной сущности души человека.

Душа каждого человека также обладает неповторимым индивидуальным набором параметров — **фрейле души**. Опять же для простоты модели условимся считать фрейле души человека как его характерную частоту. Фрейле одного человека отличается от фрейле другого так же, как различаются формы снежинок, которые всегда неповторимы. **Фрейле характеризует индивидуальную сущность души человека**. Вот эту индивидуальную сущность, которая понятна без слов, мы и будем называть фрейле.

Так вот, с точки зрения фрейле секрет обаятельной красоты заключается вовсе не в том, что человек обладает душевной красотой или какими-то особыми душевными качествами. Вам придется принять (или не принять, если хотите) еще один парадоксальный вывод Трансерфинга: **так называемой душевной красоты не существует, а есть лишь гармония отношений души и разума**.

Любой конфликт души и разума отражается на внешности и характере человека. Если же человек доволен собой, любит себя, живет с удовольствием, занимается любимым делом, тогда из него как бы исходит внутренний свет. Это означает, что **разум настроился на фрейле души**.

Фрейле проявляется в виде хобби, увлечений, всего, что делается с любовью и охотой. Разум устремляется на поиск сокровищ куда угодно, только не к своей душе. Маятники заывают громко и соблазнительно, а душа лишь тихо и робко пытается заявить о своих способностях и наклонностях.

Разум душу не слушает, а старается переделать фрейле. Естественно, ничего хорошего из этого не

выходит. В итоге душа и разум сходятся в неприятии своего мнимого несовершенства. Внешнее намерение незаметно переносит человека на линии жизни, где неприятие еще больше усугубляется, поскольку несовершенство материализуется в буквальном смысле.

Вместо того чтобы использовать драгоценную уникальность своего фрейле, человек слепо бьется о стекло, следуя за чужим успехом. Но успех звезды рожден как раз настройкой *ее* разума на фрейле *ее* души. У охотника за миражом ничего не выходит, и он получает еще большую неудовлетворенность собой. *Выражая недовольство собой, человек никогда не попадет на линии жизни, где он собой доволен.* Параметры его излучения удовлетворяют как раз тем линиям жизни, где причин для недовольства будет еще больше.

Как же настроить разум на фрейле души? Единственный способ — убедить свой разум в том, что его душа достойна любви в самую первую очередь. Чтобы полюбить себя, столкните с пьедестала внешнюю важность и перестаньте поклоняться чужим стандартам. Кто вам мешает создавать свои собственные стандарты? Пусть лучше другие гонятся за вашими. Сбросьте свою внутреннюю важность и отпустите себя. Вы не обязаны соответствовать и следовать чужим стандартам. Всегда нужно отдавать себе отчет, что важность нужна не вам, а маятникам. Когда всем разумом полюбите свою душу, внешнее намерение само перенесет вас на линии жизни, где вы будете собой удовлетворены в полной мере. Если, несмотря ни на что, понравитесь себе, вам удастся обмануть внешнее намерение и раскрыть достоинства, о которых и не подозреваете. Когда ваша мысленная энергия будет излучать удовлетворенность собой, внешнее намерение подхватит вас и перенесет на линии, где действительно есть чем гордиться.

Не надо искать чашу Грааля где-то в джунглях. **Священный Грааль находится внутри вас — это фрейле вашей души.**

Единство души и разума

Человек ошибочно воспринимает рациональное мировоззрение как непреложный закон. Однако закон этот «липовый», и его можно «взломать». В нашей жизни часто случаются необъяснимые «чудеса». Так почему бы не впустить одно из чудес в свою жизнь? Надо всего лишь позволить себе иметь то, чего хочет душа. Если вы сбросите с себя паутину предубеждений и ограничений, которой опутали вас маятники, искренне поверите, что достойны своей мечты, и позволите себе иметь желаемое — вы это получите. Позволить себе иметь — главное условие исполнения желания.

Размышляя о цели, не думайте о престижности. Столкните цель с пьедестала недоступности. Тем самым вы сбросите внешнюю важность. *Размышляя о цели, не думайте о средствах ее достижения.* Тем самым вы сбросите внутреннюю важность. *Думайте только о своем комфорте.* Если цель достигнута, вам действительно хорошо или все-таки у вас на душе висит камень? Сомнения в реальности достижения желаемого еще не говорят о том, что оно не было нужно. Главное, чтобы при мысли о желанной цели ваша душа пела. При всей ее привлекательности, если вас что-то гнетет, значит, она может быть ложной.

Запирая душу в футляр, вы создаете мощный избыточный потенциал внутренней скрытой неудовлетворенности, который будет выливаться всевозможными напастьми на вас и ваших близких. Вам будет казаться, что вы желаете людям добра, а на самом деле вся эта забота будет идти им во вред.

Заботливо ухаживайте за собой, относитесь к себе с участием и вниманием. Тогда ваша душа отогреется и расправит свои крылышки.

Трансерфинг не имеет никакого отношения к маятникам, поэтому и предлагает совершенно противоположный путь. Не изменять себя, а принять себя. Отвернуться от шелухи, которую навязывают маятники, и повернуть разум к своей душе. *Прислушайтесь к велениям души, осознанно сбросьте важность, позвольте себе иметь, и вы получите все, что душе угодно.*

9. Слушать свой голос души ("Шелест утренних звезд") - почаще обращать внимание на состояние душевного комфорта, чтобы было состояние единства души и разума.

Чтобы привести к единству душу и разум, необходимо почаще обращать внимание на состояние душевного комфорта. Вы чувствуете себя комфортно, если в данный момент вас ничто не беспокоит, не угнетает, вам уютно и спокойно. Душевный дискомфорт сигнализирует обратное: у вас смутное беспокойство, что-то вас гнетет, вы чего-то опасаетесь, чувствуете подавленность, на душе висит какой-то груз. Если подобные ощущения проявляются явно и вам понятно их происхождение, значит, это дискомфорт разума. Разум, как правило, знает, что его пугает, беспокоит и гнетет. В таком случае вам можно положиться на разум, который подскажет вам решение.

С дискомфортом души дело обстоит сложнее, потому что он проявляется неявно, как смутное предчувствие. Разум твердит: все прекрасно, все идет как надо, для беспокойства нет причин. И все же, несмотря на разумные доводы, вас что-то гнетет. Вот это и есть шелест утренних звезд. **Услышать голос души не так уж и сложно. Задача состоит лишь в том, чтобы обратить на него внимание.**

Для того чтобы научиться слышать шелест утренних звезд, нет другого пути, кроме как выработать у себя привычку обращать внимание на состояние душевного комфорта. Всякий раз, когда вам необходимо принять какое-либо решение, слушайте сначала голос разума, а потом чувства души. Как только разум принял решение, душа реагирует на это решение либо положительно, либо отрицательно. В последнем случае вы испытаете смутное чувство душевного дискомфорта.

Если вы забыли вовремя обратить внимание на состояние комфорта, постарайтесь вспомнить потом, какие чувства испытывали. Когда решение было принято, вас посетило мимолетное чувство. В этот момент разум настолько увлекся своим анализом, что ему было не до чувств. Вот теперь вспомните, каким вам показалось это самое первое мимолетное ощущение. Если это было гнетущее чувство на фоне оптимистичных рассуждений разума, значит, душа ясно сказала «нет».

Единственной надежной интерпретацией может служить только душевный дискомфорт в ответ на принятое разумом решение.

Еще раз повторю: *размышляя о цели, не думайте о ее престижности, недоступности и средствах ее достижения — обращайтесь внимание только на состояние душевного комфорта.* Хорошо вам или плохо? Только это имеет значение. В противном случае вы можете спутать душевную скованность с душевным дискомфортом. Скованность, или своего рода стеснительность, происходит от необычности ситуации: «Неужели это все мне?» *Дискомфорт же показывает угнетенность, бремя, гнетущую необходимость, уныние, опасение, тягостное беспокойство.* Если скованность не исправляется слайдами, значит, это явный дискомфорт. Тогда вам стоит снова подумать, не пытайтесь себя обмануть: в самом ли деле данная цель вам так необходима?

10. ТЕХНИКА "ФРЭЙМ" - окно в Пространство вариантов.

Остановка внутреннего монолога происходит тогда, когда разум отключает свой контроль или хотя бы ослабляет свою бдительность. А при ложной остановке монолога он настороже и, можно сказать, заглушает чувства души еще сильнее своим «громогласным» молчанием.

Если бы разум отключил свой контроль, ваше восприятие провалилось бы в пространство вариантов. Действительная остановка внутреннего монолога происходит только во сне или в состоянии глубокой медитации.

Здесь одна лазейка, представляющая собой узкое *окно*, которое открывается спонтанным образом в моменты, когда контроль разума дает слабину и к сознанию прорываются интуитивные чувства души.

Озарение, то есть недостающее звено, которое нельзя получить из имеющейся логической цепочки, приходит из пространства вариантов через посредство души.

Так вот, наша задача заключается в том, чтобы *интуитивные предчувствия вызвать в себе намеренно*. Это нужно затем, чтобы направить парус души в нужную сторону.

Как это сделать? **Вы должны поймать момент, когда разум отвлекся. Но теперь чувства надо не уловить, а намеренно индуцировать, то есть вставить в окно мгновенный слайд. Слайд должен содержать чувства, которые вы испытываете внутри слайда. Вставляя слайд в открывшееся окно, вы не получаете информацию души, а, наоборот, направляете ее в целевой сектор пространства. Если вам удастся это сделать, ваш разум прикоснется к внешнему намерению.**

Казалось бы, того же эффекта можно добиться, если прокручивать слайд перед сном, лежа в постели. Тогда слайд незаметно перейдет в сон, и единство души и разума будет достигнуто. Однако, как ни странно, это ничего не даст.

Если единство души и разума достигнуто, парус устанавливается в нужном направлении. Величина паруса зависит от степени единства. Ветер не может мгновенно переместить фрегат в нужный сектор. Параметры энергии мысленного излучения уже удовлетворяют целевому сектору, а материальная реализация запаздывает в прежнем секторе. Поэтому ветер намерения должен совершать работу продолжительное время, чтобы реализовать целевой сектор.

Когда вы наяву занимаетесь прокруткой слайда, у вас установлен парус фрегата материальной реализации, и внешнее намерение двигает фрегат.

Окно в пространство вариантов, которое открывается в момент кратковременного погружения разума в сон, оставляет фокус восприятия в контексте текущего сектора материальной реализации. Парус фрегата в окне в отличие от обычного сновидения остается в поднятом состоянии. Если в этот момент вставить в окно слайд, **то порыв ветра внешнего намерения сдвинет реализацию на значительное расстояние**. Эффективность окна заключается в том, что единство души и разума в таком состоянии проявляется в наивысшей степени. Дремлющий разум отпускает свой контроль и впускает нереальное в свой шаблон восприятия, подобно тому, как это происходит в сновидении. Парус приобретает значительные размеры, и внешнее намерение действует с наибольшей силой.

Техника эта достаточно сложная, но вы можете попробовать. Начать следует с того, что постоянно обращать внимание на интуитивные предчувствия, наблюдать за собой. Тогда вы поймете, что в течение дня окно открывается довольно часто. Разум время от времени устает от своего контроля и болтовни и на несколько мгновений теряет бдительность. В этот момент можно намеренно вставить чувства о событии, которое вы хотите индуцировать. **Именно чувства**, а не словесные формулировки.

Представьте, что бы вы чувствовали, когда исполнялось бы задуманное? Прокрутите в голове слайд достижения цели несколько раз, а потом возьмите из всего слайда один интегральный слепок — *фрэйм*. Например, вы подписываете контракт и чувствуете удовлетворение. Или успешно сдаете экзамен, и преподаватель жмет вам руку. Или приходите к финишу первым и разрываете грудью ленту. Этот слепок и будет той формулой, которую вам надо вставить в приоткрывшееся окно. Фрэйм можно озаглавить одним словом, например: «Победа!», «Есть!», «Получилось!» или как вам больше нравится. Этот заголовок будет служить опорной точкой фрэйма.

Навыки придут со временем. Надо иметь твердое намерение и терпение. Сначала нужно разработать фрэйм ощущения реализации события при помощи разума. Пусть он активно участвует в этой разработке. Потом, не стараясь поймать окно, прокручивать этот фрэйм, чтобы как следует уяснить для себя, в чем заключается итоговое чувство. Создать зацепку, интегральное ощущение. А потом можно будет в момент открытого окна мгновенно вставить в него фрэйм.

У вас должно получиться так, что дремлющий разум вдруг осознает свое сонное состояние и тут же вбрасывает фрэйм в окно, еще не успев проснуться. Вот это и будет работой внешнего намерения при остановке внутреннего монолога.

Многочисленные, хоть и безуспешные попытки постепенно сформируют привычку, и ваш разум научится вбрасывать фрэйм в окно машинально. Смысл фрэйма как раз и заключается в том, что разум должен успеть его активизировать автоматически, не успев пробудиться.

Однако если техника фрэймов вам дается с большим трудом, не расстраивайтесь и оставьте ее в покое. Данная техника приводится здесь лишь в качестве информации. Если сразу не получается, значит, вам это и не нужно. Работайте с обычными слайдами и занимайтесь визуализацией процесса.

В любом случае будет весьма полезно приобрести привычку обращать внимание на окна. Если вы научитесь ловить момент открытого окна, интуитивные озарения будут посещать вас все чаще.

11. ТЕХНИКА "КАК ВЫБРАТЬ СВОЮ ВЕЩЬ" (что-либо другое для себя).

Как выбирать свои вещи

Для того чтобы всегда находить именно то, что вам нужно, необходимо научиться отличать свои вещи от чужих.

Во-первых, никогда не мучайтесь проблемой выбора. Здесь явно нарушается равновесие. Чем больше вы напрягаетесь по этому поводу, тем хуже будет результат. Не нужно долго разглядывать вещи и анализировать их достоинства и недостатки. Разум не должен участвовать в выборе, потому что разум и его мысли — это не вы, а налет от влияния маятников. Просто ходите и смотрите, как на выставке, ни о чем не думая.

Сначала уясните себе в общих чертах, что бы вам хотелось приобрести. Детали представлять не обязательно. Единственным описанием должен быть вид одежды. Пусть вещь выбирает ваша душа — она гораздо ближе к тому, что вы есть на самом деле. Она не упустит ни малейшей детали и обязательно вовремя укажет на правильную вещь. Вы узнаете об этом сразу, как только среди множества вещей увидите, а скорее, почувствуете ту, которая внушает особенную симпатию.

Еще раз подчеркиваю, не нужно анализировать, почему вещь вам симпатична. Она просто нравится и все, про нее можно сказать: «Это то, что нужно». Вы купите ее без раздумий.

Как я уже сказал, в процессе выбора не следует думать о достоинствах и недостатках вещей. Но вот настал момент, когда надо сказать продавцу свое «да» или «нет». В этот момент вы очень сладко спите, даже если вам кажется, что это не так. Особенно крепок сон в том случае, если рядом продавец или ваш знакомый что-то говорит насчет вещи.

Но вот решение принято. В этот момент никого не слушайте, *проснитесь и отдайте себе отчет: какие чувства вы испытывали, когда решение было принято?* Состояние душевного комфорта покажет отношение души к решению разума.

Душевный комфорт, как вы знаете, не может дать однозначного ответа. Душа не всегда точно знает, чего она хочет, и тоже может колебаться. Если вещь вам понравилась с первого взгляда и вы это сразу почувствовали, значит, душа сказала «да». Но потом включается разум и начинает анализировать и обосновывать выбор. Если в результате анализа разум тоже сказал «да», значит вещь ваша. Но если вы решили купить вещь не потому, что она вам понравилась с первого взгляда, а потому, что ее купить целесообразно, тогда следует особо обратить внимание на малейший дискомфорт. *Душа всегда знает точно, чего она не хочет.*

Если колеблетесь, если хоть что-нибудь в этой вещи у вас вызывает легкое беспокойство или неудобство, если пробегает легкая тень сомнения или угнетения — это чужая вещь. Разум будет уговаривать вас и красочно расписывать все достоинства. Если вы поймали себя на том, что *уговариваете себя*, пытаетесь убедить, что это вам идет и по фасону и по размеру, — сразу же можете без сожаления отбрасывать эту вещь: она не ваша.

Однозначный критерий выбора заключается в одной простой фразе: *если приходится себя уговаривать, значит, вещь чужая*. Знайте, если вещь ваша, вам не придется себя уговаривать.

Вы ходите по магазину, как по выставке, просто наблюдаете и не ставите себе задачу обязательно что-то найти. В случае, когда вы выбираете одежду не для себя, а, например, для ребенка, данная техника не работает. Вернее, она работает, но уже не с такой точностью. Ваша душа не сможет выбрать вещь, предназначенную другому. Поэтому здесь остается руководствоваться только соображениями практичности. Но в то же время предоставьте ребенку возможность выбрать вещь самому. Дети, в отличие от взрослых, умеют находить свои вещи.

Конечно, эта техника применима не только для одежды, но и в любом другом случае, когда приходится что-нибудь для себя выбирать. И мне бы очень хотелось надеяться, что книга, которую вы держите в руках, — ваша.

Как диктовать моду

Внешняя сторона моды — это стиль, а внутренняя сущность — это то, что идет именно вам в контексте данного стиля. Необходимо только четко себе представлять, чего вы хотите: выглядеть модно или выглядеть элегантно? Это не одно и то же.

Секрет успеха заключается в том, что вы освободились от влияния маятников и пошли своей стезей.

12. Помнить о своих и чужих целях. Единственный надежный критерий в выборе цели - ДУШЕВНЫЙ ДИСКОМФОРТ (не стеснительность).

Чужие цели

Заблуждение человека состоит в ложном убеждении: «Если я преодолю препятствия, тогда там, впереди, меня ждет счастье». Это не более чем иллюзия. Впереди нет никакого счастья! Сколько бы человек ни старался, он всегда будет находиться в положении догоняющего заходящее солнце. *На чужой линии жизни человека не ждет никакое счастье, ни в ближайшем, ни в отдаленном будущем.*

Многие люди, добившись с большим трудом поставленной цели, не ощущают ничего, кроме опустошения. Куда же это счастье подевалось? Да его там вовсе и не было, ведь это *мираж*, созданный маятниками для того, чтобы человек отдавал им энергию на пути к иллюзорному счастью. Еще раз повторяю: *впереди нет никакого счастья, оно либо есть здесь и сейчас, на текущей линии жизни, либо его нет вообще.*

В чем же заключается счастье в модели Трансерфинга? **Счастье приходит во время движения к своей цели**

через свою дверь. Если человек находится на своей линии жизни, на своей стезе, тогда он испытывает счастье уже сейчас, даже если цель еще впереди. Тогда жизнь превращается в праздник. Когда цель будет достигнута, это будет радость вдвойне. Однако уже само движение к своей цели превращает каждый день в праздник. *Движение к чужой цели всегда оставляет праздник в иллюзорном будущем. Достижение чужой цели приносит разочарование и опустошение, но никак не счастье.*

Ваша цель — это то, что доставляет вам истинное удовольствие. Это не то, что приносит временное удовлетворение, а то, что *дает ощущение радости жизни*. Ваша дверь — это путь движения к своей цели, на котором вы испытываете увлечение и вдохновение. Нельзя сказать, что там все всегда дается легко. Главное, что движение через вашу дверь *не опустошает, а, наоборот, вызывает прилив сил*.

Если идешь к своей цели через свою дверь, препятствия преодолеваются легко, да и труд не в тягость. Если же на пути к цели вы прилагаете все усилия, трудитесь без вдохновения и устаете, значит, это чужая цель или вы ломитесь не в свою дверь. Отметим характерные признаки чужих целей.

Чужая цель — это всегда насилие над собой, принуждение, обязанность. Если находите в своей цели *хоть малейшую принудительную необходимость*, можете смело от нее отказываться. Вам не придется себя уговаривать, если цель ваша. К ней идти приятно. Процесс ее достижения доставляет удовольствие. К чужой цели вы идете, преодолевая множество препятствий. Путь к чужой цели — это всегда борьба. Маятнику нужно, чтобы все четко выполняли свою работу винтика на благо всего механизма. Вам трудно, но вы будете это делать, потому что маятники внушили, что все достается тяжелым трудом.

Чужая цель выступает под личиной моды и престижа. Маятникам нужно заманить вас на чужие линии жизни, поэтому они будут стараться вовсю. Морковка должна выглядеть очень аппетитно, тогда разум, очертя голову, бросится за ней. Маятники не могут во всех случаях заставить вас выполнять правило «делай, как я». Вы сами должны этого захотеть. Для этого создаются мифы успешной карьеры звезд. *Алгоритм вашего успеха не известен никому, кроме вашей души.*

Чужая цель манит своей недоступностью. Отбросьте важность цели и ответьте на вопрос: действительно ли вы желаете всей душой или вам только хочется желать? *Если путем достижения цели вы хотите себе и всем что-то доказать, значит, это неверная цель.* Ваша цель не висит на шее тяжким бременем, она просто доставляет вам истинное удовольствие.

Чужая цель навязывается другими. Никто, кроме вас, не может определить вашу цель. Можете спокойно выслушивать поучения «знающих людей» о том, как вам *поступать*. Делайте свои выводы и поступайте, как знаете.

Чужая цель служит улучшению чужого благосостояния. Если цель не приносит улучшения в жизни, значит, она не ваша. Истинные цели всегда работают на вас, на благополучие и успех. Ваша цель нужна только вам. Если она *прямо* служит для удовлетворения чужих потребностей, улучшения чужого благосостояния, значит, цель чужая.

Чужая цель вызывает душевный дискомфорт. Ложные цели, как правило, очень привлекательны. *Размышляя о цели, не думайте о ее престижности, недоступности и средствах ее достижения — обращайте внимание только на состояние душевного комфорта.* Представьте, что вы достигли цели и все позади. Хорошо вам или плохо? Если к удовольствию примешивается опасение или тягостное ощущение какого-то бремени, значит, это душевный дискомфорт.

Ваша душа не может ничего не хотеть. Вы просто не в силах ее услышать.

Взлом стереотипов

Ошибка разума состоит еще в том, что он сразу пытается оценить реальность достижения цели и рассчитать наперед все способы и средства. Ведь все должно быть разумно. Если реальность достижения цели ставится под сомнение, тогда цель либо отвергается в принципе, либо откладывается в дальний ящик. С таким отношением человеку никогда не удастся настроиться на целевую линию жизни. Напротив, *размышляя о средствах, достижения, человек настраивается на линию неудачи.* Ведь в мыслях прокручиваются всевозможные сценарии поражения. Цель не будет достигнута обычными средствами, и чуда тоже не произойдет. Труднодостижимая задача действительно редко реализуется в рамках привычного мировоззрения, и это в самом деле должно быть именно так, поскольку параметры сомневающегося никак не соответствуют целевой линии.

Чудо произойдет только в том случае, если вы сломаете привычный стереотип и будете думать не о средствах достижения, а о самой цели. Тогда то, что прежде казалось нереальным, вдруг проявит себя с другой стороны. Неожиданно, как будто случайным образом, откроется вполне реальный путь достижения цели. В обыденном мировоззрении это будет выглядеть как чудесное совпадение. В таком случае разуму останется только развести руками: «Кто же мог знать?!»

Пусть ваш разум очнется от вязкого наваждения. У него есть бесценное, удивительное сокровище — его душа. Соединив душу и разум, вы обретете подлинную свободу и силу. Не бойтесь взламывать стереотипы, сформированные маятниками. Вам откроется истинная природа многих вещей в этом мире. *Взламывая стереотипы, вы открываете запертые двери.*

Ваши цели

Если у вас будет решимость иметь, вариант найдется. Самое главное — это определить истинное сокровенное желание и обрести решимость иметь и действовать. Намерение превращает желание в цель. Желание без намерения никогда не исполнится. Но сначала необходимо четко уяснить, чего же вы хотите от жизни.

Только в одном случае есть стопроцентная гарантия достижения цели: если это ваша цель и вы идете к ней через свою дверь. В таком случае никто и ничто не сможет помешать, потому что ключ фрейле вашей души идеально подходит к замку вашей стези. Ваше у вас никто не отнимет. Так что проблем с достижением цели не будет. Проблема лишь в том, чтобы найти ваши цель и дверь.

Во-первых, цель не определяется какими-то временными потребностями. Она должна отвечать на вопрос: *чего вы хотите от жизни? Что сделает вашу жизнь радостной и счастливой?* Только это имеет значение. Все остальное можете считать шелухой от маятников.

Найдите одну главную цель. *Достижение ее потянет за собой исполнение всех остальных желаний.* Если ничего конкретного в голову не приходит, можно для начала сформулировать, например, такую общую цель: вы хотите от жизни комфорта и благополучия. Что в вашем понимании означает комфорт и благополучие? Потребности иметь дом, машину, красивую одежду и прочие атрибуты комфортной жизни можно заменить одной целью — получить высокооплачиваемую работу. Но, как вы понимаете, это даже не *цель*, а *дверь*, причем неопределенная.

Если же дело, даже любимое, не является тем *единственным*, что принесет вам радость и заполнит всю жизнь атрибутами комфорта, значит, это дело, наверное, можно рассматривать как дверь, но целью его назвать нельзя. Не

забывайте о том, что ваша цель должна превратить жизнь в праздник со всеми сопутствующими атрибутами. Не думайте пока о средствах достижения, то есть о дверях. Главное — определить цель, а двери со временем сами найдутся.

Ответьте себе на вопрос: *к чему лежит ваша душа, что превратит вашу жизнь в праздник?* Отбросьте всякие мысли о престижности и труднодоступности предполагаемой цели. Вас не должны интересовать никакие ограничения. Если не верите, то хотя бы притворитесь, что вам доступно все, и останется только выбирать. Не стесняйтесь и заказывайте на полную катушку.

Не загадывайте желание разумом. Не пожалейте времени на то, чтобы выяснить, чего хочет ваша душа. Выражение «это мне по душе» говорит само за себя. Оно показывает не мнение, а отношение. Мнение — это продукт умственной деятельности разума. Отношение идет из глубины души, поэтому только оно может служить определителем своих и чужих целей. При определении вашей цели следует спрашивать себя: «Как я себя чувствую в оболочке достигнутой цели?»

Допустим, вы загадали себе желание. Чтобы проверить, ваше это желание или нет, задайте себе два вопроса. Первый: действительно ли мне это нужно? Второй: все-таки действительно ли мне это нужно? Попробуйте примерить к данному желанию все признаки чужой цели.

Действительно ли вы желаете этого всей душой или только *хочется этого желать*? Не пытаетесь ли себе и другим что-то доказать? Действительно ли этого хотите? Может, это дань моде или престижу? Цель манит своей недоступностью. Если цель труднодоступна, попробуйте от нее отказаться и понаблюдайте за собой. Если вы испытали облегчение, значит, это чужая цель. Если чувствуете возмущение и протест, значит, цель может быть вашей.

Единственно надежным критерием в выборе цели может служить душевный дискомфорт. *Это негативная реакция души на уже принятое решение разума.* Состояние душевного комфорта можно проверять только после того, как разум принял решение в определении своей цели. Представьте, что вы достигли цели и все позади. Как только это сделано, нужно прекратить обсуждение цели и прислушаться к ощущениям души. Хорошо вам или плохо? Если к удовольствию примешивается опасение, или тягостное ощущение какого-то бремени, или чувство необходимости, какой-то обязанности, значит, душа ясно говорит «нет». Разум даже не может предположить, какие неприятности таит в себе цель, завернутая в красивую упаковку. А вот душа это чувствует.

спутайте душевную скованность с дискомфортом. Как уже упоминалось в прошлой главе, скованность или своего рода стеснительность происходит из необычности ситуации: «Неужели это все мне?» *Душевный дискомфорт — это тягостное ощущение угнетенности или бремени, которое проявляется слабо на фоне оптимистичных, рассуждений разума.* Душевную скованность можно устранить с помощью слайдов, душевный дискомфорт — никогда. Самой большой ошибкой было бы считать, что вы этого недостойны. Попробуйте испытать свою цель слайдами. Если видите, что со временем гнетущее ощущение не уходит, значит, имеете дело с душевным дискомфортом.

Если вы испытываете душевный дискомфорт от каких-то аспектов самой цели, значит, она чужая. Если испытываете душевный дискомфорт от сознания того, что цель труднодостижима, значит, она не входит в зону вашего комфорта, или вы выбрали чужую дверь. *Не думайте о средствах достижения до тех пор, пока точно не определите свою цель.* Если вам не удастся ясно представить себя в задуманной роли, возможно, вы еще не готовы это принять. Зону комфорта можно расширить с помощью слайдов. О дверях можете не беспокоиться. От вас требуется только решимость иметь, тогда внешнее намерение рано или поздно укажет на нужную дверь.

Не поддайтесь искушению определить свою цель как деньги. Душа не имеет понятия, что делать с деньгами, поскольку не умеет мыслить абстрактно. Конечная цель должна быть понятной для души. Душе необходимо знать, что вы хотите купить на запрошенные деньги: дом, казино, остров и так далее. О средствах речь не идет, лишь бы душе это понравилось.

До тех пор пока ваша внутренняя бухгалтерия будет просчитывать средства достижения цели, вам не удастся определить цель и настроиться на целевую линию жизни. Активизируйте своего Смотрителя и одергивайте себя всякий раз, как ваш разум пытается уйти от ответа на вопрос: «Чего я хочу от жизни?» Стереотип труднодоступности цели — самый стойкий, так что вам потребуется терпение. Разум будет пытаться ответить на другой вопрос: «Как этого достичь?» Вот теперь пусть ваша душа скажет разуму: «Замолчи, это не твоя забота, мы выбираем игрушку!»

Вы не сможете определить цель путем анализа и размышлений. Настоящую цель может идентифицировать только ваша душа. Анализ — это деятельность разума. Душа думать не умеет. Она способна только видеть и чувствовать.

Задача разума состоит в том, чтобы пропускать через себя всю внешнюю информацию, обращая при этом особое внимание на состояние душевного комфорта. Разум должен лишь сделать установку: я ищу то, что превратит мою жизнь в праздник. А затем просто впускать в себя внешнюю информацию и наблюдать за чувствами души с позиции этой установки.

Активный поиск стези ни к чему не приведет. Не беспокойтесь, ждите и наблюдайте. Если будет установка на поиск, нужная информация придет сама. В определенный момент вы получите какие-то сведения, которые пробудят у вас живой интерес. Главное, чтобы разум в этот момент не лез со своими размышлениями, а просто обращал внимание на состояние душевного комфорта.

Можно самим ускорить приход нужной информации. Для этого будет очень полезно расширить круг своих интересов. Сходите туда, где вы еще не бывали: в музеи, на экскурсии, в кино, в поход, в другую часть города, в книжный магазин, куда угодно. Не нужно активно заниматься поиском, просто расширьте диапазон внешней информации и наблюдайте.

Дайте себе неопределенный срок, не зажимайте себя во временные рамки и не превращайте поиск цели в обязанность. Просто держите в мыслях такую установку: *я ищу то, что превратит мою жизнь в праздник.*

Следите за своими чувствами более внимательней, чем делали это раньше. Пусть такая установка постоянно работает в фоновом режиме. Любую информацию, которая к вам поступает, пропускайте через вопросительный фильтр: что я по этому поводу чувствую, нравится мне это или нет?

Рано или поздно вы получите какой-нибудь знак или информацию, от которой внутри что-то словно встрепенется: «О, это мне нравится!» Обдумайте хорошенько данную информацию со всех сторон, внимательно наблюдая за состоянием душевного комфорта.

Когда появится решимость иметь и действовать во имя достижения этой цели, тогда слой вашего мира под-

вергнется удивительной трансформации. А произойдет вот что.

Вы освободились от бремени ложных целей и вздохнули свободно. У вас больше нет необходимости принуждать себя делать то, к чему не лежит душа. Вы отказались от борьбы за иллюзорное счастье в будущем и позволили себе иметь его здесь и сейчас. Раньше вы пытались заполнить душевную пустоту дешевыми суррогатами, которые предлагали маятники. А теперь разум выпустил душу из футляра, и появилось удивительное ощущение легкости и свободы, словно пришла весна, и вы пробудились от долгой зимней спячки. Тягостное ощущение угнетенности и бремени исчезло. Ваш разум выбросил ненужный хлам чужих целей, отказался от бесполезных раздумий о средствах достижения и просто впустил нужную задачу в слой своего мира. Душа сама выбрала игрушку и от радости запрыгала и захлопала в ладошки. Вы взломали ложный стереотип и позволили себе иметь, несмотря на мнимую недоступность цели. Поэтому перед вами распахнулись двери, которые раньше были закрыты. Тут и разум наконец осознал, что цель действительно реально достижима. Теперь жизнь превратится в праздник, поскольку радостная душа побежит вприпрыжку за разумом, который впустил цель в слой своего мира. Душа и разум весело зашагают рука об руку по ровной и приятной дороге к счастью, которое есть уже здесь и сейчас.

13. Как выбрать свою дверь. Если вы четко не представляете, где находится ваша дверь, работайте со слайдами и расширяйте зону комфорта.

Ваши двери

Если на пути к цели приходится постоянно преодолевать препятствия, значит, либо цель выбрана чужая, либо вы идете к цели через чужую дверь. Единственная вещь в жизни, которую можно считать *важной*, — это определение своей цели и двери.

Если ваша цель совпадает с вашей дверью, вы разбогатеете на своем хобби. Достижение цели притянет за собой исполнение всех остальных желаний, причем *результаты превзойдут все ожидания*. Можете не сомневаться, в этом мире все, что сделано с душой, стоит очень дорого.

Ваша цель не может сильно усложнить вам жизнь. Наоборот, избрав цель, вы тем самым значительно упростите себе жизнь и избавитесь от массы проблем. **Не спешите с выбором двери. Была бы решимость иметь, а дверь найдется. Если вы четко не представляете, где находится ваша дверь, работайте со слайдами и расширяйте зону комфорта.** Отбросьте важность, откажитесь от желания достигнуть цели. Как только *вы позволите себе иметь*, внешнее намерение предложит вам подходящий вариант.

На определение цели и двери могут уйти месяцы. В течение этого времени вам потребуется соблюдать своего рода «пост безупречности» — по возможности неукоснительно следовать основным принципам Трансерфинга.

В первую очередь — это осознанность. Надо отдавать себе отчет о мотивах последующих действий. Действуете ли вы осознанно, понимая правила игры, или безвольно подчиняетесь маятнику?

Следите за уровнем внутренней и внешней важности. Размышляя о вашей цели и двери так, как будто вы уже имеете. Нет никакой престижности, недоступности и необходимости. Отбросьте всякую важность. То, что вы имеете, для вас обыкновенно.

Заранее смиритесь с возможной неудачей. Получится — хорошо, а не получится — значит, это не ваше, и горевать не о чем. Позвольте себе ошибаться. Отведите в своей жизни место для поражения, пусть оно будет под присмотром. Более того, из дальнейшего изложения вы узнаете, что досадная неудача является вовсе не поражением, а просто очередной вехой на пути к цели.

Найдите для данной двери страховку, замену. Не отказывайтесь сразу от прежней двери, не сжигайте за собой мосты, действуйте осмотрительно. Не ставьте все на одну карту. Оставьте себе запасные пути.

Не прекращайте крутить в мыслях слайд вашей цели. Тем самым вы расширяете зону комфорта и настраиваетесь на частоту целевой линии. Внешнее намерение само подбросит вам необходимую информацию.

Чтобы не пропустить эту информацию, *вставьте в свою голову слайд поиска вашей цели и двери.* Пропускайте все данные из внешнего мира через этот слайд. Оценивайте, подходит вам это или нет. Слушайте при этом шелест утренних звезд, а не разум. *Следите не за тем, что вы об этом думаете, а за тем, что вас при этом гнетет или окрыляет.* Обращайте внимание на отношение души к любой информации. В определенный момент она встрепенется и воскликнет: «Это именно то, что нужно!»

И снова не торопитесь. Расширяйте зону комфорта и настраивайте свои мысли на целевую линию до тех пор, пока цель и дверь не оформятся в ясную концепцию. Вы должны прийти к четкому заключению: «Да, я этого хочу, и это превратит мою жизнь в праздник». Ваша душа поет, а разум удовлетворенно потирает руки.

Если душа уже поет, а разум еще сомневается, снова расширяйте зону комфорта. Это позволит вам взломать мешающий ложный стереотип недоступности и нереальности. Знаете, почему дверь кажется неприступной? Потому, что она заперта на ложный стереотип недоступности, который сидит в вашем разуме. Когда вы взламываете стереотип, дверь откроется.

Поэтому обращаю ваше внимание: не пытайтесь себя убедить и не боритесь со стереотипом. *Все, что вам нужно, — это систематически крутить в мыслях целевой слайд.* Это не пустые умозрительные упражнения, а конкретное движение к цели.

Не забывайте, что материальная реализация инертна и внешнее намерение не может выполнить заказ мгновенно. Вам понадобится терпение. А если терпения не хватает, значит, вы страстно желаете скорейшего достижения цели. Тогда начинайте сначала и снижайте важность. Вы желаете, значит, сомневаетесь в реальности достижения. Снова расширяйте зону комфорта до тех пор, пока не увидите, что открываются реальные перспективы.

Маятники могут замаскировать вашу дверь под покровом ложной незначительности и низкой ценности. *Все, что вы умеете делать легко, непринужденно, с охотой, — имеет значение и ценность.* У вас нет ни одного незначительного достоинства. Любая глупость, которая для вас характерна, а в рамках стереотипов не имеет никакой ценности, может

служить ключом к нужной двери. Попробуйте спроецировать свое характерное «несерьезное» качество на серьезные двери.

Если вас раздражает реклама и вы любите ворчать, что она делается неправильно и рекламу надо преподносить совсем по-другому, — это не просто ваше недовольство, а скрытое желание проявить свои способности в данной области. Я перечислил частные примеры. Личное «никчемное» качество может проявить себя совершенно неожиданным образом. Вам это откроется, если отвернетесь от маятников и повернетесь к своей душе. Подумайте: если вы действительно совершаете свои глупые действия непринужденно и с охотой, значит, это должно иметь какое-то значение.

Все сказанное относится к процессу выбора двери. Но допустим, вы уже и так на пути к выбранной цели. Тогда есть один способ определить, та ли это дверь. Если вы на пути к цели устаете, теряете энергию, выбиваетесь из сил, значит, это не она. Наоборот, *если вас охватывает вдохновение, когда вы занимаетесь делом, которое приближает вас к цели, можете смело считать это дело своей дверью.*

Отличить подлинную дверь можно еще одним способом. Чужая дверь может прикидываться вашей, она вроде как открывается перед вами, но в самый решающий момент захлопывается перед носом. Получается, что на пути через чужую дверь вроде все идет нормально, но в конечном итоге в самом главном вас постигает неудача. Если такое случалось, значит, вы шли через чужую дверь. В этом проявляется коварство маятников, которые специально открывают *общедоступные двери*, чтобы заманить туда побольше приверженцев.

14. Намерение. Намерение превращает желание в цель. Желание без намерения никогда не исполнится.

Намерение

Намерение превращает желание в цель. Желание без намерения никогда не исполнится.

Единственное, что может испортить все дело на пути к цели, — излишняя ответственность, старание, усердие и принуждение. В рамках обыденного мировоззрения это звучит странно и непривычно. Но я надеюсь, что теперь вы здесь не находите ничего несуразного.

Двигаясь к цели через вашу дверь, нет необходимости прилагать излишние усилия. Принуждать себя тоже не придется. Если это не так, значит, либо цель, либо дверь — чужая. Но разум прирык бороться и преодолевать препятствия. Все проблемы разум создает для себя сам, когда начинает придавать вещам избыточное значение и бороться с течением вариантов. Ваша линия жизни содержит минимум препятствий, если не налегать на важность.

Вы должны идти к своей цели, как за почтой из ящика. Что же останется от намерения, если очистить его от важности и желания достичь цели? Только решимость иметь и переставлять ноги. Перестаньте думать о почте в ящике как о проблеме, и просто начните переставлять ноги по направлению к нему. Не думайте над проблемой — действуйте, как получается, и тогда проблема разрешится в процессе движения.

Внутреннее намерение разума побуждает лупить руками по воде: «Я настаиваю на том, что...» Внешнее намерение действует совсем по-другому: «Получается так, что...» *До тех пор пока вы настаиваете, вы не даете внешнему намерению реализовать цель по течению вариантов.*

Гнетущие мысли и чувства могут появиться в результате недостаточной ширины зоны комфорта. Допустим, в результате достижения цели вы должны получить крупную сумму денег. Сразу же возникает целый набор тревожных мыслей: а где это хранить, а как выгодно вложить, а вдруг потерю, а как разумней потратить, а вдруг отберут? Если так, значит, вы еще не готовы это иметь. Когда осуществление мечты сопряжено с подобного рода проблемами, неизбежно возникнет душевная скованность и, следовательно, подсознательное стремление избавиться себя от этих проблем. В таком случае внешнее намерение будет работать против вас.

Решимость иметь необходимо поддерживать постоянно. И вовсе не придется себя принуждать крутить в мыслях целевой слайд. Ведь вам приятно думать о желанной цели. Не следует только себя уговаривать и убеждать. Уговаривать себя вы можете долго и безрезультатно. Намерение, в отличие от самовнушения, означает, что решение принято и обсуждению не подлежит. Достижение цели очевидно. *Любые сомнения отпадут сами, если вы будете расширять зону комфорта.*

Я хочу вас предостеречь от грубой ошибки. Существует еще один ложный стереотип, призывающий думать только об успешном развитии событий. Как ни странно, это действительно ложный стереотип. Видите, сколько их! Как вы считаете, получится у вас думать только об успехе? Едва ли. Если вы будете стремиться исключить из своего сценария негативные варианты, то ничего не выйдет. Вам не удастся убедить разум в том, что все пройдет гладко. Разум может притвориться, что поверил такой установке, это он умеет. Но в глубине души вы все равно будете сомневаться, потому что сомневается разум. Душа обязательно найдет негативный вариант в чулане, куда его забросил разум.

Вам не нужно включать в целевой слайд вообще никакие сценарии достижения цели. Данный слайд должен содержать только окончательную картину достигнутой цели. Вы это уже имеете. Все, что от вас требуется, — наслаждаться слайдом и переставлять ноги с помощью очищенного внутреннего намерения. Визуализация процесса — это уже работа над сценарием, но совсем в другом ключе. Вы убеждаете разум в том, что все *не пройдет, а проходит* гладко. Визуализация текущего звена трансферной цепочки идет в ногу с тем, что вы делаете сейчас, и лишь на шаг вперед. А убеждая себя в благополучном завершении дел, вы держите себя мертвой хваткой контроля. Отпустите хватку, не думайте о проблемах, которые еще не наступили, и спокойно двигайтесь по течению вариантов.

15. Реализация цели. Сделать заказ и откинуть веру, не ждать, не заикливаться.

Вы никак не сможете ни уговорить себя, ни убедить, ни заставить поверить. Оставьте эти пустые хлопоты и займитесь лучше делом, то есть процессом передвижения ног по направлению к цели.

Вас не должен беспокоить тот факт, что цель кажется труднодостижимой. Вам трудно представить, как такое может быть. Но это никчемная работа. **Ваше дело — это правильный выбор заказа, остальное предоставьте официанту.** Многие люди, добившиеся головокружительного успеха, говорили потом, что они ни за что бы не поверили в то, что смогут добиться таких результатов.

Взаимопониманию души и разума мешает то, что душа стремится к цели, а разум беспокоится о средствах. Душа не имеет понятия о способах достижения цели. В сновидении она привыкла получать все, что захочет, просто так. Любое устремление души сразу же реализуется намерением сновидения.

Решимость переставлять ноги — это бесстрастное намерение выполнять минимум того, что от вас требуется. Сценарий достижения цели вы должны продумать только в общих чертах: определить основные этапы на пути движения к цели, то есть звенья трансферной цепочки. После этого необходимо прекратить размышления над общим сценарием, в мыслях должен быть лишь целевой слайд. Он содержит только окончательную картину достигнутой цели и не включает в себя никакие сценарии. Постоянно крутите в мыслях слайд, живите в нем. Зона комфорта начнет расширяться, и параметры вашего излучения будут настраиваться на целевую линию жизни.

Из своего отношения ко всему, что связано с достижением цели, исключите любые проявления желания и важности. Если вы стараетесь приложить все усилия для скорейшего достижения цели, сомневаетесь в своих способностях, боитесь трудностей, значит, уровень важности завышен. Позвольте себе быть несовершенным и делать ошибки. Если вы сами себе не разрешите делать ошибки, то и от других тоже не дождетесь разрешения. Если вы опасаетесь, что цель не будет достигнута, значит, вы желаете. Ну а как же не желать? Смириться с поражением заранее, придумайте отходные пути и запасные варианты. Пусть они будут наготове. Не сделав этого, вы не сможете освободиться от желания.

Главное — *ни в коем случае не ставьте вашу цель на одну карту.*

Двигаясь по течению вариантов, вы можете ускорить свой ход при помощи «весла» — визуализации звена трансферной цепочки. Визуализация в отличие от слайда включает в себя сценарий движения к цели. Но, как вы знаете, визуализация текущего звена включает в себя не весь сценарий, а лишь его небольшой фрагмент, относящийся к настоящему моменту. Вы переставляете ноги, руководствуясь текущим намерением. Делая шаг, вы одновременно намереваетесь сделать следующий.

Вспомните, каким образом мать наблюдает за тем, как подрастает ее дитя. Она каждый миг занимается визуализацией текущего звена трансферной цепочки. Эта цепочка у нее разбита на мельчайшие звенья. Мать радуется, что сегодня ребенок встал на ножки, и она представляет, как завтра он, возможно, сделает первый шаг. Мать не пытается представить, как ее ребенок вырастает и превращается во взрослого прямо на глазах. Она радуется настоящему и лелеет текущий момент, убежденная в том, что завтра будут новые успехи.

По такому же принципу следует выполнять визуализацию текущего этапа движения к цели. *Сегодня лучше, чем вчера, а завтра будет лучше, чем сегодня.* Нет смысла предвосхищать все грядущие повороты течения вариантов. Лучше получать удовольствие от текущего момента и просто бесстрастно и безупречно переставлять ноги.

При визуализации текущего звена производится констатация успешного хода событий в текущий момент. Все идет хорошо. На этом фундаменте строится следующая ступенька: завтра будет еще лучше. Вы мысленно намереваетесь шагнуть на следующую ступеньку, которая выше текущей. При этом возникает цепь обратной связи. В результате движение к цели представляется как подъем по ступеням лестницы. Грядущий успех мысленно представляется не облаком, подвешенным в воздухе, а лестницей, где каждая ступень поддерживает вышестоящую. Уровень успеха идет по нарастающей, как подъем по лестнице. Каждый день несет в себе частицу будущего успеха. *Не заботьтесь о будущем, живите настоящим.*

На пути к цели маятники будут всячески пытаться сбить вас с курса. Принимайте любые неудачи как должное. Все не может идти абсолютно гладко. Когда вы расстраиваетесь по поводу неудачи, текущая ступенька проваливается, и вы скатываетесь с лестницы вниз. Это злит и вызывает недовольство собой, потому что план вашего разума нарушен. Вот вы и попались на удочку маятников. Если вы недовольны собой, то никогда не перейдете на линии жизни, где вас ждет счастье и удача. Ведь когда сопутствует удача и благополучие, вы собой довольны? Как же попасть на эти линии, если параметры собственного излучения настроены на недовольство собой?

Не забывайте, что разум принимает непредвиденное изменение в течении вариантов за неудачу только потому, что это не входит в его сценарий. А откуда разум может знать, какой именно путь ведет к цели? Разум потому и считает цель труднодостижимой, что не видит среди проторенных дорог одной тропинки, ведущей к цели. Конечно, вы ничего не добьетесь, если не подчинитесь течению вариантов и не выйдете на эту тропинку, куда вас толкает внешнее намерение.

16. Вдохновение. Оно внутри каждого. Оно освобождается в процессе работы. Для этого надо отпустить хватку.

Вдохновение

Считается, что вызвать вдохновение очень трудно, появляется оно спонтанно и всегда неожиданно, словно некая муза, залетевшая случайно на огонек. Потом эта муза может так же внезапно улететь и долго не появляться. Страждущий томительно ждет следующего визита этой дамы, но привлечь ее не удастся, да и как это вообще можно сделать, непонятно.

На самом деле все гораздо проще, чем кажется. **Вдохновение — это состояние единства души и разума при отсутствии потенциала важности.** Первая часть определения вам понятна. Вдохновение — это состояние душевного подъема, при котором творческий процесс проходит легко, просто и, главное, блестяще. Совершенно очевидно, что это может иметь место только при условии единства души и разума.

Дело в том, что вдохновение не появляется, оно просто освобождается, когда падает потенциал важности. В чем состоит эта важность? Во-первых, в страстном желании достичь цели, а во-вторых, в настоящем стремлении получить вдохновение.

Бездеятельное ожидание — это желание в квадрате. За окном уже бушует ураган равновесных сил, так что Вдохновение и близко не подлетит к вашему дому.

А если вы будете проявлять нетерпение, граничащее с отчаянием, тогда бушующий ветер разобьет окна и превратит энергетическую обстановку дома в хаос. Смятение вырастет стеной между вашей душой и разумом, так что потребуются длительное время для восстановления былого единства. Видите, чем чревато желание, подготовка и ожидание вдохновения?

Таким образом, вдохновение не появится до тех пор, пока вы не отпустите свою мертвую хватку его ожидания. *Вдохновение не приходит, оно лишь освобождается в тот момент, когда уходит потенциал важности.* И наоборот, вдохновение зажимается, когда нетерпеливый разум загоняет душу в футляр ожидания. Вредная привычка разума все подчинять своему волевому контролю портит всю вечеринку.

Чтобы пришло вдохновение надо: 1. Откажитесь от желания достигнуть цель; 2. Откажитесь от всякой подготовки к «таинству»; 3. Откажитесь от ожидания вдохновения.

Итак, допустим, вы выполнили все эти три условия. Что осталось в итоге от вашего внутреннего намерения? Только решимость переставлять ноги, то есть действовать. Просто начните делать свое дело. Причем без вдохновения. Вот тут оно и появится. **Вдохновение освободится в процессе работы.** Вы не сможете до конца рассеять потенциал желания и ожидания до тех пор, пока не начнете действовать, неважно — хорошо или плохо. Как вы знаете, намерение в действии рассеивает избыточный потенциал.

Реанимация цели

Пользуясь чужими решениями, вы отдаете свою судьбу в другие руки. Если от чужой цели отказываться поздно, вы вполне можете ее добиться. Для этого нужно максимально освободить себя от желания и важности. Препятствий на пути к чужой цели много, но большинство из них порождает сам разум, когда борется с течением вариантов и завышает уровень важности. *Сдайте себя в аренду.* Действуйте отстраненно и одновременно осознанно. Не боритесь с проблемами и препятствиями. Сбросьте важность, и они самоустранятся.

Предположим, вы двигались к своей цели, но встретили на своем пути труднопреодолимые препятствия. Чем они вызваны? Теперь вы это легко сможете определить. Проанализируйте, в чем превысили уровень важности, чему придавали избыточно важное значение, где пытались бороться с течением вариантов. Сбросьте важность, сдайте себя в аренду, доверьтесь течению вариантов, и все наладится.

Ваша цель может не даваться еще потому, что вы идете к ней через чужую дверь. Может быть, стоит осмотреться и выбрать другую? Но прежде, чем менять дверь, обязательно сбросьте важность и посмотрите, что будет. **Захлопнуться может даже ваша дверь, если вы в чем-то сильно превысили уровень важности.** Например, поставили все на одну карту. В таком случае достижение цели будет иметь непомерно большое значение. **Дверь снова откроется, если вы сбросите важность и обеспечите себе страховку, запасные пути.**

Но дело в том, что если цель истинная и вы готовы позволить себе иметь, ваши двери открываются так же неожиданно, как закрываются чужие. Если вы позволите себе иметь, перед вами откроются даже чужие двери.

Во всяком случае, как ваша цель, так и ваша дверь не единственны, их может быть несколько. Поэтому никогда не поздно искать свою новую цель, даже если некоторые из прежних целей уже объективно недоступны. Вы можете добиваться чужой цели, идти через чужую дверь и в то же время искать свои. Не обязательно сразу бросать начатое. Переход на целевую линию можно осуществить плавно. Можно работать на чужую цель и при этом крутить в голове слайд своей цели. Тогда внешнее намерение со временем откроет вам невидимые двери, что позволит безболезненно сменить деятельность.

Когда вы ломитесь в чужую дверь, вы обязательно сталкиваетесь с трудностями. Сдавая себя в аренду, действуйте безупречно.

Обвинители и манипуляторы не ставят себе высоких целей, поэтому не совершают ошибок. Не давайте им повода обвинить вас в непростительных мелких оплошностях. Действуйте безупречно в мелочах. Тогда срыв на пути в чужую дверь не будет столь болезненным.

Как видите, единственной оговоркой в процессе выбора судьбы служит тот факт, что не все цели и двери в пространстве вариантов ваши. Это вовсе не означает, что нельзя их выбрать. Никто этого не запрещает, но тогда вас ждут проблемы. А разве это нужно? Выбирая чужие цели и двери, вы идете по пути наибольшего сопротивления. Вся прелесть свободы выбора заключается в том, что личные цели и двери представляются для каждого лучше любых чужих. Но для того чтобы получить свободу выбора, необходимо освободиться от влияния маятников, которые навязывают вам чужие цели и двери.